الدكتور طارق كمال النعيمي

سايكولوجية الرجل والمرأة

المشكلات الزوجية
أسبابها وطرق علاجها



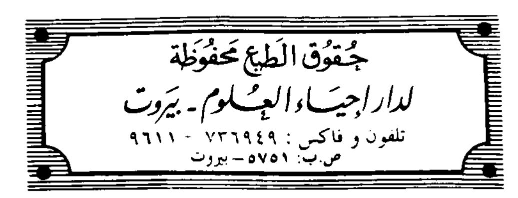
دار إحياء العلوم
بيروت

سايكولوجية الرجل والمرأة

أحدث دراسة علمية حول المشكلات الزوجية

أسبابها وطرق علاجها

الطبعة الثالثة
١٤٢٧ هـ - ٢٠٠٦



سايكولوجية الرّجل والمرأة

أحدث دراسة علميّة حول المشكلات الزّوجيّة

أسبابها وطرق علاجها

تأليف

الدكتور طارق كمال النعيمي

دار إحياء العلوم

بيروت


بسم الله الرحمن الرحيم



المقدمـة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين وخاتم النبيين محمد المصطفى الأمين وعلى آله وصحبه وسلم أجمعين ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين حشرنا الله وإياهم محشر الشهداء والصديقين.

كلنا يعلم الحقيقة المرّة التي تقول أن الغرب في الوقت الحاضر متقدم علينا تقدماً كبيراً بعدما كان يجرّ أذياله خلفنا. نعم، فقد كنا في زمن الدولة الأموية والعباسية وحتى بعد ذلك في قمة التقدم الحضاري والعصر الذهبي بينما كان الغرب آنذاك يعيش في عصر الظلمة وهو الذي كان يجرّ أذياله وراءنا، وللأسف الشديد، فقد انقلبت الآية الآن وأصبح هو في المقدمة ونحن في المؤخرة.

عزيزي القارىء: لا تعتمد الحياة في الغرب على ما قاله المتقدمون الذين عاشوا في عصور سابقة، أبداً فالتقارير والنتائج المستخلصة حالياً مبنية على دراسات ميدانية وأبحاث علمية حديثة ومتواصلة استغرقت سنوات طوال جداً بذل خلالها نبذة كبيرة من العلماء وأصحاب الاختصاص جهوداً جبارة في الدراسة والمراقبة وكرسوا سنوات طوال من أعمارهم مستخدمين أحدث الأجهزة العلمية والتكنولوجيا الحديثة من أجل التوصل إلى نتائج نحتاج إليها في عصرنا هذا.

لم يعتمدوا على ما قاله فلان أو علان في القرن الرابع عشر أو الخامس

عشر أو أية فترة زمنية غابرة. فهم يعلمون جيداً أن ما قاله فلان أو علان في تلك الحقبة الزمنية كان صائباً وصحيحاً ومناسباً تماماً للعصر الذي عاشوا فيه إلا أننا نعيش حالياً في أواخر القرن العشرين وعلى مشارف القرن الحادي والعشرين ولا شك أن الأمور تغيرت تغيراً كبيراً ولم تعد على ما كانت عليه في السابق ولم يعد ما قاله المتقدمون كافياً أو مناسباً. وكذلك فإن هناك شك كبير في إمكانية تطبيقه والاعتماد عليه في الوقت الحاضر، وبناء على ذلك فإن الواجب يحتم علينا أن نبذل جهوداً جبارة كما بذلها السابقون من أجل مواكبة الحياة العصرية التي نحياها وكذلك وضع أساساً متيناً للأجيال التي ستأتي من بعدنا.

لا شك أن جابر بن حيان والرازي والبحتري والفرزدق، وغيرهم من الجهابذة كانوا أعلاماً كل في مجال تخصصه، ولا شك أنهم كرسوا سنوات طوال من أعمارهم واعتمدوا على ذكائهم وتجاربهم ودراساتهم في استخلاص النتائج التي توصلوا إليها آنذاك.

كانت تلك النتائج في ذلك الوقت اكتشافات مذهلة وسبقاً علمياً وهم يشكرون على كل ذلك وجزاهم الله تعالى خير الجزاء، إلا أن الحياة، وكما نعلم، تغيرت والعلم تقدم تقدماً كبيراً ولم يعد بالإمكان في عصرنا هذا العول والارتكاز على تلك النتائج التي استخلصوها وتوصلوا إليها في ذلك الوقت. وبعبارة أخرى، لا يمكن لنا في الوقت الحاضر الاعتماد على تلك النتائج وعلى ما ذكروه في كتبهم القديمة إذ أن تلك الكتب كانت ملائمة تماماً لتلك الفترة الزمنية أما الآن فإنها تعتبر قديمة وقليلة الأهمية.

هنا وبدون أي تحيز أو تعصب فكري أو عقائدي أود أن أذكر بأن القرآن الكريم هو الكتاب الوحيد المستثنى من تلك القاعدة، الكتاب الوحيد الذي لا يمكن الاستغناء عنه في أية فترة زمنية وسيبقى هكذا إلى يوم قيام الساعة، وأسباب الاستثناء واضحة وجليّة ولا بأس من ذكر بعض تلك الأسباب:

١ ـ القرآن الكريم كتاب جامع وشامل إذ أنه يشتمل على كل جوانب الحياة

وكل ما تحتاج إليه البشرية إلى يوم الدين، حتى أن العلم الحديث أثبت صحة أمور كثيرة وردت فيه.

٢ ـ مؤلف هذا الكتاب العظيم ـ القرآن ـ ليس إنساناً عادياً، إنّه الله تعالى عالم الغيب والشهادة وخالق السموات والأرض وما بينهما وهو الوحيد الذي عنده علم الأمور جميعاً. ذلك المؤلف الجبّار الذي أراد لهذا الكتاب الفريد الخلود.

٣ ـ على مدار السنين لم ولا ولن يتمكن أحد من التلاعب أو التحريف في هذا الكتاب الرائع. قال الله تعالى: ﴿ إِنَّآ أَنزَلْنَٰهُ قُرْءَٰنًا عَرَبِيًّا لَّعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴾[١]، وقال: ﴿ إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا ٱلذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُۥ لَحَٰفِظُونَ ﴾[٢]. هذه هي مشيئته عز وجل ولا يمكن لأحد من البشر مضارعتها أو تحدّيها.

في عصرنا هذا ولكي نتمكن من مسك زمام الأمور ثانية ونعتلي صهوة الحصان ونتقدم على كل الذين سبقونا فإننا نحتاج إلى علماء أجلاء وفلاسفة مثل الذين سبقونا، إلا أن الحقيقة المرّة تقول أنه لا يوجد في الوقت الحالي ما يدل على وجود ذلك. نعم لا يوجد. أقلّ ما يمكن أن نقوم به حالياً هو التعرف على ما عند هؤلاء في الغرب من دراسات وعلوم نافعة، تلك التي مكنتهم من وصف أنفسهم بالعالم الأول وجرّأتهم على وصفنا بالعالم الثالث. دعونا ندرسها ونأخذ منها السمين المفيد ونترك الغث. نعم، فالحياة في الغرب وبالرغم من كل ذلك التقدم والرقيّ نجد فيها مساوىء كثيرة لا تتلائم وطبيعة مجتمعنا الشرقي الذي له سمته الخاصة به.

تعال معي عزيزي القارىء لننظر سوية إلى جانب مهم جداً من جوانب حياتنا، جانب نعيش معه ويعيش معنا في كل لحظة من لحظات حياتنا، جانب له أكبر الأثر علينا وعلى أنفسنا، الجانب الذي يلقي الضوء على الاختلافات

(١) سورة يوسف، الآية: ٢.
(٢) سورة الحجر، الآية: ٩.

الهائلة والجذرية في سايكولوجية أهم عنصرين في تكوين المجتمع ألا وهما الرجل والمرأة.

تلك الاختلافات التي لم يكن لنا علم بها في السابق، والتي هي أُسّ المشاكل اليومية التي تحصل بين الرجل والمرأة والتي تؤثر تأثيراً بالغاً على تصرفاتهما وعلى حالاتهما النفسية.

دعونا نتعرف على أنفسنا وعلى طبيعة الجنس الآخر كي نتمكن من إشباع رغباتنا ورغبات الجنس الآخر، ونحيا حياة صحية ملؤها السعادة والهناء وراحة البال والضمير ونكوّن عائلة سعيدة ومجتمع صالح أملاً في إفراز جيل جديد يخرج منه علماء وفلاسفة أجلاء يتمكنون في المستقبل من خدمة أمتهم العربية ومساعدتها على التقدم والرقي ومواكبة الغرب أو حتى التقدم عليه ودفعه إلى الخلف.

بعد انتهائي من كتابي السابق «عالمان مختلفان، الرجل والمرأة» وبعد التمعن في ردود الفعل الإيجابية التي وصلتني من بعض القراء الكرام ـ وهنا أود ذكر تعليق أحد القضاة الشرعيين حيث قال: لو قرأ الناس هذا الكتاب لقلّت نسبة الطلاق ٥٠٪ ـ، حمدت الله تعالى كثيراً وجلست مع نفسي وتأملت هذا الموضوع بصورة دقيقة وسألت نفسي: لا شك أن الكتاب السابق كتاب ممتاز ويعتبر الأول من نوعه في العالم العربي وقد غطى جوانباً مهمة جداً وأساسية، وإنه ساعد الكثير من الرجال والنساء على حد سواء من التعرف على أنفسهم وأثّر في حياتهم اليومية تأثيراً إيجابياً بالغاً، ساعدهم وجلب انتباههم إلى أمور بالغة الأهمية لم يعرفوها ولم ينتبهوا إليها في السابق، تلك الأمور التي لها علاقة مباشرة في معظم المشاكل اليومية التي تحصل بين الرجل والمرأة.

هنا سألت نفسي: هل إن الكتاب السابق يعتبر كافياً؟ هل إنه ألمّ بجميع جوانب الحياة؟ هل هناك جوانب أخرى مهمة وحساسة نحتاج إليها وإلى التعامل معها؟ هل تكتمل الصورة المرجوة من خلال ذلك الكتاب فقط؟.

وبعد أن استعرضت في مخيلتي الجوانب العديدة التي تؤثر على العلاقة بين الرجل والمرأة وبالتالي على حياتهم الأسرية وعلى المجتمع بصورة عامة، وبعد أن استعرضت الدراسات والأبحاث العالمية التي قام بها العلماء والمختصون في الغرب أيقنت أن المهمة التي أنشدها، ألا وهي خلق سعادة حقيقية بين الرجل والمرأة وبالتالي خلق جو عام يسوده الود والتفاهم لا يمكن تحقيقها من خلال الكتاب السابق فقط.

شعرت أن الكتاب السابق لا يعتبر كافياً حيث أن هناك جوانباً أساسية أخرى لم يتم التطرق إليها، جوانب نحتاج إلى الانتباه إليها وإلى معرفتها وتطبيقها في حياتنا اليومية. نعم، هناك جوانب مهمة جداً يجدر بنا معرفتها والانتباه إليها إذ بدونها لا يمكن أن نلمّ بالصورة الكاملة التي نأملها فعالم الرجال مليء بالأسرار الطبيعية وعلى كل امرأة أن تكون على بينة من ذلك، وكذلك فعالم النساء مليء أيضاً بالأسرار الطبيعية وعلى كل رجل أن يكون على بينة من ذلك أيضاً، ولكي نؤسس علاقة سليمة بين الرجل والمرأة ونعيش حياة هانئة وننعم بالسعادة ونكون عائلة سعيدة ومجتمع فاضل، علينا أن نتعرف على أنفسنا وعلى بعضنا البعض معرفة جيدة.

شعرت أن كتابي السابق «عالمان مختلفان، الرجل والمرأة» كان بمثابة تنبيه للرجال والنساء ومحاولة جلب انتباههم إلى تلك الاختلافات السايكولوجية الطبيعية التي تؤثر علينا وعلى تصرفاتنا والتي تسبب معظم المشاكل في حياتنا اليومية.

نعم، كان لا بد من جلب انتباه الجميع إلى ذلك الجانب الحيوي المهم، ولكي أقنع القارىء الكريم بذلك كان لا بد من إعطائه فكرة عامة شاملة عن تلك الاختلافات السايكولوجية التي ذكرتها بين الجنسين مع أمثلة عملية من واقع حياتنا اليومية.

كان الكتاب السابق عبارة عن مدخل إلى هذا المجال الواسع والذي تناوله

العلماء والمختصون في الغرب بصورة مسهبة وقاموا بتأليف العديد من الكتب العلمية المهمة.

في كتابنا هذا سنحاول التعمق في دراساتنا للاختلافات السايكولوجية الطبيعية بين كل من الرجل والمرأة ونتطرق إلى الجوانب التي ذكرناها في الكتاب السابق بصورة أكثر تفصيلاً وكذلك إلى جوانب أخرى جديدة لم يتم تناولها مسبقاً، جوانب في منتهى الحساسية والأهمية ولها تأثير كبير على سعادة أو شقاء كل من الرجل والمرأة وبالتالي على الأسرة وعلى المجتمع بصورة عامة.

تصور عزيزي القارىء مدى الأثر الكبير على العلاقة بين الرجل والمرأة وعلى الأسر التي تكوّن المجتمع لو أن كل منهما فهم الحقيقة وتقبلها وعرف كيفية التعامل معها. تصور سعادة كل منهما وبالتالي سعادة المجتمع؟، تصور مدى تأثير ذلك على نسبة حالات الطلاق؟ تصور ما الذي سيحصل لطابور حالات الطلاق في المحاكم الشرعية قبل وبعد ذلك الفهم؟ تصور حالة الفرد النفسية في مجال العمل وتأثير ذلك على الإنتاجية الوطنية والقومية؟.

نسأل الله تعالى أن يعمّ علينا جميعاً بنعمه الكثيرة وأن يجعلنا من الذين يقرأون ويستفيدون. وآخر دعوانا أن الحمد لله ربّ العالمين.

المؤلّف

د. طارق كمال النعيمي

تمهيـــد

أي علاقة سليمة بين الرجل والمرأة لا تتولد من فراغ، إنها تتطلب جهداً كبيراً من قبل الطرفين، الرجل والمرأة.

إلا أننا بنفس الوقت لا نقول أن ذلك الجهد الجبار يجب أن يكون مستمراً وبدون انقطاع، أبداً فلا بد من وجود فترة راحة واسترخاء.

النساء وبطبيعتهن الأنثوية يعرفن جيداً أن العلاقة الجيدة لا بد وأن تكون نتيجة جهد مبذول. على الطرف الآخر فإن الرجال وبسبب طبيعتهم الرجولية يختلفون عن النساء في هذا المجال فشعار الرجل هو (في مجال العمل على الرجل أن يبذل جهوداً كبيرة لإنجاز ذلك العمل، أما عند عودته للبيت فإن ذلك الوقت هو وقت الراحة والاسترخاء) هذا ما يريح الرجل.

كانت الحياة ولآلاف السنين على شاكلة واحدة، يخرج الرجل من البيت صباح كل يوم بحثاً عن صيد، يجلس بصبر وترقب وعند رؤيته للحيوان يهبّ من مخدعه ويجري وراء تلك الفريسة محاولاً اصطيادها، وعندما يتم ذلك يعود للبيت ليرتاح بينما تقوم المرأة بتنظيف الفريسة وطبخها لإعداد وجبة غذاء للعائلة.

كان هذا الطابع هو الطابع المتّبع لمدة طويلة من السنين، يقوم الرجل بتوفير متطلبات العائلة بينما تقوم المرأة بتدبير المنزل وإنجاب الأطفال والاهتمام بتربيتهم. أما اليوم فقد تغيرت الحياة ولم يعد العمل (الصيد) من اختصاص الرجل فقط، فالمرأة أيضاً تخرج للعمل (الصيد) وتقضي ساعات

طويلة في الخارج تبذل خلالها جهوداً كبيرة كما يفعل الرجل وبعدها تعود للبيت. وعند عودة الرجل والمرأة من العمل فمن الطبيعي فإن هناك أموراً كثيرة جداً في انتظارهما تحتاج إلى التعامل معها وإنجازها.

كانت المرأة في السابق تحتاج الرجل لتوفير الطعام والملبس لها ولأفراد الأسرة، أما في عصرنا هذا فالمرأة تتمكن من العمل والحصول على المال وبذلك تستطيع توفير الطعام والملبس لها ولأفراد الأسرة جميعاً. إنها لم تعد بحاجة إلى الرجل في هذا المجال.

هل هذا يعني أن المرأة استغنت عن خدمات الرجل ولم تعد بحاجة إليه كلياً؟ أبداً، فحاجة المرأة إلى الرجل مستمرة ولن تتوقف أبداً. والسؤال هو ما هي تلك الحاجة؟ والجواب على ذلك هو احتياجها العاطفي الذي لا يمكن أن يقوم به أي مخلوق آخر سوى الرجل. لا بد من اقتران المرأة بالرجل والعيش معه تحت سقف واحد.

في عصرنا هذا تلعب المادة دوراً كبيراً في خلق المشاكل بين الرجل والمرأة، إلا أنه وبالرغم من اعتقادنا أحياناً بأن المادة هي السبب وراء تلك المشاكل إلا أن السبب الحقيقي هو فقدان التفاهم بين الرجل والمرأة وليست المادة. علاقة الرجل والمرأة في عصرنا هذا تختلف عما كانت عليه قبل (١٠٠) عام أو حتى (٥٠) عاماً، فالعلاقة لم تعد مبنية على توفير المأكل والملبس فقط، أبداً إنها الآن مبنية على توفير الاحتياجات العاطفية بالنسبة لكل من الرجل والمرأة. ولمعلومات الرجل والمرأة نقول أن تلك الاحتياجات قد تغيرت الآن ولم تعد على ما كانت عليه في السابق، هذا ما سنكتشفه من خلال قراءتنا للفصول القادمة.

الحب الحقيقي بالنسبة للرجل هو عدم محاولة التغيير، فعندما يعثر الرجل على المرأة المناسبة وقد يحدث ذلك بعد بحث طويل فإنه يفسح المجال لقلبه بالإنفتاح وحب تلك المرأة وتقبلها على ما هي عليه. هذا هو أسلوب الرجل

وطبعاً فإنه يتوقع نفس التصرف من قبل المرأة، أن تقبله على ما هو عليه وأن لا تحاول أن تغير فيه، بينما الحقيقة بالنسبة للمرأة عكس ذلك فالمرأة عند اختيارها للرجل الذي سيشاركها حياتها فإنها تبحث عن الرجل الذي يمكن أن يشعرها بالسعادة وكذلك لديه الاستعداد للتغير مستقبلاً. نعم هذه هي طبيعة المرأة.

لا شك أن هناك أوقات عصيبة في الحياة يمر بها كل من الرجل والمرأة، أوقات يشعر فيها الإنسان بالضجر والملل وقد يسأل نفسه (لم كل هذه المشاكل؟ لم يحصل كل ذلك؟ هل هناك خللاً في هذه العلاقة؟ ما هو وهل يمكن إصلاحه؟ هل إني اقترنت بإنسان غير ملائم ولا يمكن العيش معه/ معها؟ هل وهل وهل؟؟.

ولكي نهدأ ونريح أعصابنا علينا أن نتذكر حقيقة علمية ثابتة، تلك الحقيقة التي تقول بأن لكل من الرجل والمرأة سايكولوجية تختلف عن الآخر، سايكولوجية تؤثّر تأثيراً فعالاً على إسلوب فهمهما وعلى أفعالهما وردود أفعالهما. اختلاف يجعلهما يظهران وكأنهما لا ينتميان إلى عالم واحد، بل إنهما ينتميان إلى عالمين مختلفين.

هذه حقيقة ثابتة وعلينا جميعاً أن نعرفها ونتقبلها على وضعها. عالم المرأة يختلف عن عالم الرجل وكل عالم مليء بالأسرار. ولكي نرتاح ونتمكن من العيش بهدوء وننعم بالسعادة فعلينا أن نتعرف على بعضنا البعض وأن نتعرف على تلك الأسرار المبهمة بالنسبة للغالبية العظمى من الرجال والنساء.

ولكي نقرّب الصورة إلى أذهان القارىء الكريم، دعونا ننظر إلى الصورة التالية، فكم من مرة تكون الزوجة مع زوجها في السيارة ذاهبين إلى مكان ما، وأثناء ذلك يضلّ الزوج الطريق ويبقى يلف ويدور في نفس المنطقة لفترة محاولاً العثور على العنوان. يستمر في ذلك ولا يتوقف عن المحاولة، يبذل كل ما بوسعه للاهتداء إلى العنوان الصحيح وبدون أية مساعدة خارجية؟ كم مرة حصل

ذلك؟ اليس المنطق والعقل يقولان أن أفضل ما يمكن للرجل فعله هو الكف عن المحاولة. إيقاف السيارة وسؤال أحد المارة أملاً في الاهتداء؟ ألا يوفر ذلك عليه الكثير من العناء والوقت؟!. لا شك أن الجواب هو (نعم)، إذاً لم لا يقوم الرجل بذلك؟ ما الذي دهاه؟ هل إنه يحب العناد ووجع الرأس وإثارة الأعصاب ومضيعة الوقت والبنزين واستهلاك السيارة؟! هل هذه طبيعة الرجل أم أن مستوى ذكاءه ليس بالمستوى المطلوب؟!.

الحقيقة هي أن طبيعة الرجل تختلف عن طبيعة المرأة في التفكير والتصرف وهذه الطبيعة هي التي تدفعه إلى الاستمرار في المحاولة وعدم السؤال. وليس هناك علاقة لمستوى الذكاء. بالنسبة للمرأة فإن إيقاف السيارة وسؤال أحد المارة أمراً يسيراً وليس فيه أيّ إحراج، أما بالنسبة للرجل فإنها تعتبر فشلاً في إحدى مهام الحياة وخيبة أمل كبيرة. فحسب تفكير الرجل الفطري فإن الرجل مخلوق أصلاً لمجابهة الصعاب وحل المشاكل لذلك فإنه لا يحب أن يتصرف بشكل يوحي على عدم المقدرة. كيف يمكن له أن يسأل وهو الذي عنده كل الإجابات؟! كيف يمكن ذلك؟ إضافة إلى ذلك فسؤال الرجل شخصاً آخراً ليس معناه الفشل فقط، بل إنه يضع ذلك الإنسان الآخر في مرتبة أعلى من مرتبته (كما سنرى في الفصول القادمة فإن المجتمع بالنسبة لتفكير الرجل مجتمعاً هرمياً ولكي يبقى الرجل في أعلى الهرم فعليه النجاح في كل أمور الحياة) لذلك فإن طبيعة الرجل في مثل هذه المواقف هي المحاولة والاستمرار فيها ولا يمكن له أن يستمع إلى نصيحة المرأة التي تشير عليه بإيقاف السيارة وسؤال شخصاً آخراً.

وبعد أن عرفنا ذلك عن الرجل هل تتصور المرأة أن اقتراحها بإيقاف الرجل السيارة وسؤال أحد المارة أمراً مستساغاً من قبل الرجل؟! هل يعتبر ذلك فكرة جيدة؟ وإذا قامت المرأة بذلك فما هو توقعها لتصرف الرجل وردة فعله؟ يا ساتر يا رب.

وهناك صورة أخرى يمكن من خلالها إلقاء الضوء على الاختلاف في سايكولوجية الرجل والمرأة، فكم من مرة تحاول المرأة الكلام مع الرجل وتبدأ بذكر بعض المشاكل فما الذي يحصل؟ يهب الرجل لنجدة المرأة ويبدأ بإلقاء محاضرة طويلة وعريضة تتخللها مواعظ وحكم وأفضل السبل لحل المشاكل التي تتحدث عنها المرأة. السؤال هنا هو هل تحدث المرأة عن بعض المشاكل يعني أنها عاجزة عن حل المشاكل وتحتاج إلى عبقرية الرجل ومواعظه؟ هل هذا ما تحتاجه المرأة من الرجل في ذلك الوقت أم شيئاً آخراً؟! وهل إن طرح الرجل الحل المناسب يريح المرأة ويهدّأ من روعها؟!.

بالنسبة إلى تفكير الرجل وأسلوبه في الحياة فإن شكوى المرأة معناه إنها تبحث عن حل وبما أنه صاحب الحلول وإنه أمام المرأة التي يحبها، فلن يتأخر في إيجاد الحل ولن يبخل عليها بذلك. لا يعلم الرجل أن إجابته تلك تزيد من تعاسة المرأة ولا تسعدها. لا يعلم أن كل ما تطلبه المرأة في تلك اللحظات من الرجل هو الاستماع فقط، لا يعلم أن كلام المرأة عن المشاكل هو أفضل الطرق التي تحاول المرأة من خلالها التنفيس عن خاطرها والشعور بالراحة. لا يعلم الرجل أن استماعه للمرأة فقط وبدون إيجاد حلولاً هو أكبر مساندة معنوية للمرأة. لا يعلم الرجل أن المرأة وبعد أن تتكلم عن مشاكلها ستشعر بصورة تلقائية بالراحة وتعود إلى طبيعتها السمحة، لا يعلم أن طبيعة المرأة هي (لكي تشعر المرأة بالراحة فإنها تحب أن تتكلم عن المشاكل مع شخص آخر، شخص يستمع لها ولا يقوم بتقديم أي حل، شخص مستمع) هذه هي طبيعة المرأة في الترفيه عن خاطرها عندما تكون منزعجة. لا يعلم الرجل أن المرأة في تلك اللحظة لا تبحث عن أية حلول، لا تبحث عن أي حل وتكره أي حل يطرحه الرجل، واستمرار الرجل في طرحه للحلول يزيد من تعاسة المرأة ويزيد من ابتعادها عنه.

المصيبة أن الحقيقة لا تكمن في الإختلاف السايكولوجي بين الرجل والمرأة، إنها تكمن في عدم معرفتنا لذلك الاختلاف. لا نعلم لماذا يتصرف

الرجل بشكل يختلف عن المرأة، ولماذا يفهم كل منهما الأمور بشكل مختلف، لماذا يتوقف الرجل فجأة عن الكلام مع المرأة التي يحبها ويحاول الابتعاد عنها والاختلاء بنفسه؟ كيف يمكن للمرأة المسكينة أن تفهم مثل هذا التصرف على أنه أمر طبيعي وهو غير طبيعي بالنسبة لتفكيرها؟ فحسب طبيعة كونها من عالم النساء فإن مثل هذا التصرف يعتبر تصرفاً شاذاً وله دلائل سيئة. فبالنسبة لعالم المرأة فإن الحوار والكلام المستمر والدائم بين الأشخاص دلالة على الحب والود، وتوقف الإنسان عن ذلك معناه إما أن هناك مشكلة ما بين هؤلاء الأشخاص أو إنهما يحاولان تجنب مشكلة متوقعة!.

لنتصور حالة المرأة النفسية عندما ترى الرجل وبدون أي سبب ظاهري مبرر يلتزم جانب الصمت والعزلة؟ ما الذي سيدور بخلدها في ذلك الوقت؟.

وهنا نقول أن الرجل المسكين لا يدري ما الذي يدور بخلد المرأة الحائرة نتيجة تصرفه هذا والسبب هو أن الرجل يعلم أن الأمور بينه وبين تلك المرأة على خير ما يرام وكل ما في الأمر هو أنه وبسبب طبيعته الرجولية يحتاج من وقت لآخر للاسترخاء وعدم التحدث إلى أي شخص آخر، يحتاج إلى وقت يقضيه مع نفسه (سنرى تفاصيل ذلك في الفصل القادم).

نعم، يقوم الرجل بذلك من فترة لأخرى لأسباب عديدة مثل إعادة بعض الحسابات أو تقييم الموقف الحالي أو محاولة إيجاد حل لمشكلة ما (وكما ذكرنا في كتابنا السابق فإن الرجل يتعامل مع مشاكله بشكل صامت، أما المرأة فتتعامل مع المشاكل وتفكر فيها بصوت مسموع أي أنها تفكر بصوت مسموع وتتلفظ بما يجول في خاطرها. أما الرجل فهو على العكس من ذلك إذ أنه يدخل المعلومات إلى ذهنه ويبدأ بالتحليل وإيجاد الحل وكل ذلك يكون بشكل صامت).

تستاء المرأة وتغضب أثناء صمت الرجل وانسحابه، المصيبة أن الرجل بعد أن ينتهي من حالته هذه التي تعتبر شاذة بالنسبة للمرأة يحاول العودة إلى

المرأة والتقرب منها، لا يعلم الرجل بأن المرأة غاضبة والسبب بالنسبة له هو أنه وحسب تفكيره لم يقم بأي خطأ. نعم بالنسبة له فإن ذلك الصمت والانسحاب أمر طبيعي ويتوقع من المرأة أن تكون على بينة من ذلك! وعندما يلاحظ الرجل غضب المرأة يستغرب لذلك التصرف، ما الذي دهاها وما الذي حصل؟! تحاول المرأة وأيضاً من منطلق سايكولوجيتها وطريقة تفكيرها التي تختلف عن طريقة الرجل الابتعاد عن ذلك الرجل الذي أغضبها، أغضبها بإبتعاده الذي لا مبرر له. وهنا نرى الرجل يحتار أيضاً لتصرف المرأة ويغضب عليها، وهنا تحصل مشكلة جديدة لا مبرر لها ويحل الخصام والشجار بينهما بدلاً من الود والهناء الذي كان موجوداً قبل قيام الرجل بفعلته الشنيعة ـ حسب تصور المرأة وطريقة تفكيرها ـ.

عزيزي القارىء الكريم، أفضل ما يمكن أن نفعله لكي نتجنب المشاكل هو أن نوقن بأننا رجالاً ونساء لا ننتمي إلى عالم واحد (طبيعتان مختلفتان) وعلينا أن نذكر أنفسنا دائماً بذلك الاختلاف. نعم طبائعنا تختلف وعلينا الاعتراف بذلك وهذا ما سيخفف علينا الحيرة والغضب والاستياء والمشاكل وإذا حصل أن نسى أحدنا ذلك فالأجدر بنا أن نذكّر بعضنا البعض وإذا أردنا فعلاً التغلب على تلك المشاكل التي تحصل بيننا والتنعم بحياة هانئة سعيدة وخالية من المشاكل التي لا مبرر لها، تلك المشاكل التي ظهرت وأثّرت على حياتنا تأثيراً سلبياً فعلينا التعرف على أنفسنا وعلى بعضنا البعض تعرفاً واسعاً، تعرفاً يساعدنا على فهم حقيقة أسلوب الشخص المقابل في التفكير والفهم لمجريات الأحداث وعلى ما يدفعه/ يدفعها إلى التصرف بذلك الشكل الذي لا نفهمه ولا نفهم سببه.

هذا ما سنحاول توضيحه في هذا الكتاب والذي يعتبر امتداداً لكتابنا السابق الذي أسميناه (عالمان مختلفان، الرجل والمرأة) وبالله التوفيق.

الفصـل الأول

اختلافات سايكولوجية عامة

هل هناك اختلافات بين الرجل والمرأة

خلق الله عز وجل هذا الكون الفسيح والمترامي الأطراف والذي لا أحد يعرف بالضبط بدايته ولا نهايته في ستة أيام. فقد قال سبحانه وتعالى في سورة الفرقان: ﴿ ٱلَّذِى خَلَقَ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا فِى سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ ٱسْتَوَىٰ عَلَى ٱلْعَرْشِ ۚ ٱلرَّحْمَٰنُ فَسْـَٔلْ بِهِۦ خَبِيرًا ﴾[1]. وهو عز وجل المسيطر والمهيمن على كل ما خلق ولا منازع له في ذلك وأن كل شيء يسير بأمره وحده، فهو عز من قائل ﴿ إِنَّ رَبَّكُمُ ٱللَّهُ ٱلَّذِى خَلَقَ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ فِى سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ ٱسْتَوَىٰ عَلَى ٱلْعَرْشِ ۖ يُدَبِّرُ ٱلْأَمْرَ ۖ مَا مِن شَفِيعٍ إِلَّا مِنۢ بَعْدِ إِذْنِهِۦ ۚ ﴾[2].

ومن جملة مخلوقاته الأرض التي نعيش عليها، والتي أوجد عليها مخلوقات وكائنات كثيرة جداً منها ما يعيش على سطحها ومنها ما يعيش في البحر، ومن هذه المخلوقات الإنسان، وقد وفّر الله العلي القدير سبل العيش والاستمرار لجميع هذه المخلوقات. فقد قال سبحانه وتعالى في محكم كتابه العزيز: ﴿ سُبْحَٰنَ ٱلَّذِى خَلَقَ ٱلْأَزْوَٰجَ كُلَّهَا مِمَّا تُنۢبِتُ ٱلْأَرْضُ وَمِنْ أَنفُسِهِمْ وَمِمَّا لَا يَعْلَمُونَ ﴾[3]. ومن أجل الاستمرار وديمومة الحياة خلق الله تعالى الذكر والأنثى

---

(١) سورة الفرقان، الآية: ٥٩.

(٢) سورة يونس، الآية: ٣.

(٣) سورة يس، الآية: ٣٦.

وجعل اتصالهم ببعض الطريقة الوحيدة لتحقيق ذلك الغرض. هذه هي مشيئته عز وجل.

ولم يشأ العلي القدير أن يجعل الإنسان كغيره من المخلوقات فيدع غرائزه الجنسية تنطلق دون وعي، ويترك اتصال الذكر بالأنثى فوضى لا ضابط له، بل وضع النظام الملائم لسيادته، والذي من شأنه أن يحفظ شرفه ويصون كرامته. فجعل اتصال الرجل بالمرأة اتصالاً كريماً مبنياً على رضاهما، وقد دعى الإسلام إلى الزواج ورغّب فيه وسهّله ووضع الأحكام المنظمة له، ولا شك أن الزواج هو الصورة المثلى للعلاقة الطبيعية بين الرجل والمرأة. وقد حثنا الله تعالى على الزواج في مواضع كثيرة جداً في كتابه المحفوظ، فذكر: ﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلًا مِّن قَبْلِكَ وَجَعَلْنَا لَهُمْ أَزْوَاجًا وَذُرِّيَّةً﴾[1]، وكذلك ﴿وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُم مِّنْ أَزْوَاجِكُم بَنِينَ وَحَفَدَةً وَرَزَقَكُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ﴾[2] صدق الله العظيم.

وكذلك حثّنا رسوله الأمين محمد بن عبدالله صلوات الله عليه وسلامه على الزواج، وهناك أحاديث نبوية شريفة كثيرة جداً تؤيد ذلك منها «**أربع من سنن المرسلين: الحناء والتعطر والسواك والنكاح**» ولقوله: «**يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغضّ للبصر وأحصن للفرج ومن لم يستطع فعليه بالصيام فإن له وجاء**»[3].

والإسلام ذلك الدين العظيم، دين الله، دين الحق والعدل، والذي شرّع الزواج وحث عليه وجعل له ضوابط وأحكام، شرّع أيضاً الطلاق وجعل له أيضاً ضوابط وأحكام. والطلاق هو الحل الأمثل لإنهاء العلاقة بين الرجل والمرأة وذلك عندما يشعران إنهما غير متفاهيمن ولا يمكن لهما الاستمرار في حياتهما الزوجية.

وكما نعلم، فإن الإسلام كرّه في الطلاق وجعله بغيضاً قال رسول الله ﷺ

---

(١) سورة الرعد، الآية: ٣٨.
(٢) سورة النحل، الآية: ٧٢.
(٣) أخرجه مسلم في صحيحه (ج ١٢٨/٤) في كتاب النكاح.

(أبغض الحلال إلى الله الطلاق)[1] وحثّ المسلمين على بذل الجهود الحثيثة وجميع ما في وسعهم لأجل الإبقاء على الرابطة الزوجية.

إلا أنه ومع كل ذلك فإننا نرى ظاهرة الطلاق متفشية ومنتشرة في كافة أنحاء العالم، وهنا أود أن أذكر أن نسبة الطلاق في الدول الأوربية عالية جداً، وتدل أحدث الدراسات على أن نسبة الطلاق في المجتمع الأمريكي هي ٦٧٪ هذا بالنسبة للزواج الأول، أما نسبة الطلاق بالنسبة للزواج الثاني فهي أعلى من ذلك. ظاهرة الطلاق هذه لم تكن وليدة العصر الحاضر، بل إنها موجودة منذ القدم وإن أسبابها متعددة، إلا إن أهم الأسباب هو (الخلافات الحادة بين الرجل والمرأة واستحالة التفاهم بينهما). فمن منا لم يلاحظ هذه الظاهرة؟ إنها شائعة ومنتشرة في كل المجتمعات المتطورة والمتأخرة، الشرقية والغربية، وكذلك فإنها ليست محصورة في طبقة معينة، فنراها في الطبقة الغنية والمتوسطة والفقيرة.

السؤال المحير والذي يفرض نفسه علينا هو: (لماذا وكيف تحصل كل هذه المشاكل والتي تصل إلى درجة يصعب عندها التفاهم واستمرار تلك الرابطة المقدسة، رابطة الزواج؟).

هل نتزوج لكي نطلق؟ هل إننا نهوى ذلك؟ هل أن الطلاق ظاهرة اجتماعية صحية؟ الإجابة على كل تلك الأسئلة هي النفي، إذاً لماذا يحصل كل ذلك؟.

هذا ما سنحاول أن نوضح من خلال كتابنا هذا حيث سنلقي الضوء على العلاقة بين الرجل والمرأة وعلى أهم وأعقد المشاكل التي تعتري الاثنان وتعكّر عليهما سعادتهما وتنغّص عليهما عيشهما.

---

(١) أخرجه أبو داود في كتاب الطلاق، باب كراهية الطلاق (ج ٢/ ٢٥٥) رقم (٢١٧٨) وابن ماجة (ج ١/ ٦٥٠) رقم (٢٠١٨).

اختلافات أساسية بين الرجل والمرأة

أسهل طريقة للتعرف على الاختلافات بين الرجل والمرأة هي أن نبدأ بالنظر إلى الاختلافات العضوية بينهما، فمن الواضح جداً أن الاختلافات الأساسية هي في الشكل العام، اختلافات في الأعضاء التناسلية. إلا أن الدراسات والأبحاث العلمية تشير إلى أن هناك اختلافات عضوية كثيرة، ولنأخذ على سبيل المثال الجلد، فجلد الرجل أثخن من جلد المرأة ولهذا السبب نرى ظهور التجاعيد على جسد المرأة بشكل أسرع وأكبر مما عند الرجل، اختلاف آخر هو أن الحبال الصوتية عند النساء أقصر مما عند الرجل وهذا هو السبب في كون صوت الرجل أكثر خشونة وعمقاً من صوت المرأة، واختلاف آخر في الدم، فدم الرجل أثخن من دم المرأة ونسبة الكريات الحمر في دم الرجل أكثر من نسبتها في دم المرأة بحوالي ٢٠٪، وهذا يعني أن الرجال يحصلون على نسبة أوكسجين أكثر من النساء وكذلك تكون الطاقة عندهم أكثر مما عند النساء. كذلك فالرجال يتنفسون بصورة أعمق من النساء، بينما يكون عدد مرات التنفس عند النساء أكبر مما عند الرجال.

اختلاف آخر هو تركيبة العظام فالعظام عند الرجل أكبر حجماً من العظام عند المرأة، وعظام المرأة ليست فقط أصغر من عظام الرجل بل إنها تختلف أيضاً في التركيب وطريقة مشي المرأة التي يراها الرجال غريبة وذلك لاختلافها عن طريقتهم ما هي إلاّ نتيجة لذلك الاختلاف في التركيب، فخطى المرأة أقصر من خطى الرجل ولذلك على المرأة زيادة عدد خطاها للحاق بالرجل، وكذلك منطقة الحوض عند المرأة أعرض مما عند الرجل وهذا التصميم الإلهي هو أفضل حماية لحمل الجنين.

اختلاف آخر وهو أن نسبة العضلات في جسم الرجل أكثر من الشحوم، وهذا التركيب يسهل على الرجل عملية التخلص من الوزن الزائد بشكل أسرع من المرأة، وعلى الجانب الآخر فإننا نرى عند المرأة وجود طبقة شحمية تحت

الجلد مباشرة، وهذه الطبقة الشحمية تساعد المرأة على البقاء أكثر دفئاً من الرجل في فصل الشتاء وأكثر برودة في فصل الصيف. كذلك فإن هذه الطبقة تساعد المرأة أيضاً على الاحتفاظ بالطاقة في داخل جسمها أكثر من الرجل.

لا شك أن الاختلافات العضوية مهمة إلا أن الاختلافات السايكولوجية هي التي توضح لنا طريقة التفكير عند كل من الرجل والمرأة وذلك ما يؤثر على الأقوال والأفعال وردود الأفعال وعلى العلاقة بينهما.

اختلافات سايكولوجية عامة

الاختلافات بين الرجل والمرأة ليست عضوية فقط، بل إنها سايكولوجية أيضاً. فعلى سبيل المثال فالملاحظ عالمياً إذا قارنا الرجال والنساء نرى قابلية الحدس عند النساء أعلى مما عند الرجال. كذلك طبيعة النساء هي تقوية أواصر العلاقة وتطويرها بشكل أكبر مما عند الرجال. نقطة أخرى وهي أن ردود أفعال النساء تختلف عن ردود أفعال الرجال عند التعامل مع الجهد والتعب وحتى طبيعة التشكي والتذمر أثناء العلاقة بين الرجل والمرأة فهي تختلف، فشكاوى المرأة تختلف عن طبيعة شكاوى الرجل.

هناك من يقترح بأن هذه الاختلافات هي عبارة عن اختلافات تولدت بسبب الاختلاف في أسلوب التربية والمبني على الاختلاف الجنسي وهي مصقولة ومترسخة فينا منذ الطفولة، هذا الاقتراح سخيف ولا تعززه أية حقائق علمية.

لا شك أن الاختلافات في الصغر وما يتعلمه الولد والبنت من قبل الوالدين والمجتمع فيما يختص بالولد والبنت موجود إلا أنه ليس السبب الرئيسي في الاختلافات بين الرجل والمرأة.

الاختلافات الخلقية بين الرجل والمرأة تتقرر فسيولوجياً وذلك عن طريق الاختلافات في نظام (DNA) داخل جسم الإنسان، وعندما يكبر الطفل يتأثر أيضاً بالعائلة وإسلوب التربية وبالمجتمع الذي يحيطه.

عندما نكتشف الاختلافات بين الرجل والمرأة فإنه يصبح من السخافة أن نقول أن كل ذكر يحمل صفة الرجولة فقط، وكل أنثى تحمل صفة الأنوثة فقط. فالرجال ليسوا سواء وكذلك النساء في الحياة العملية، الرجل عنده الكثير من الصفات التي تحمل صفة الذكورة والأنوثة، والمرأة أيضاً في داخلها عندها الكثير من صفات الأنوثة والذكورة. وهنا نقول بأن التوازن مطلوب وعدم التوازن هو الذي يخلق معظم المشاكل بيننا.

فالرجل الذي تطغى على تصرفاته القوى الرجولية بشكل أكبر من قوى الأنوثة فإن ذلك الرجل يظهر بعض الأحيان بشكل إنسان أناني يركز على مصالحه فقط ولا يهتم إلا بنفسه، بينما الحقيقة هي أن ذلك الرجل في تلك اللحظة لا يتمكن من الإتصال بتلك الصفات الأنثوية الموجودة داخله. تلك الصفات التي تدفع بالإنسان إلى الإنتباه والإهتمام بالآخرين.

وبالمقابل فإن المرأة التي تتمكن بسهولة من الإتصال بالجانب الأنثوي داخلها تكون كثيرة الاهتمام بالآخرين، أكثر من اهتمامها بنفسها. وعندما تشعر هذه المرأة بعدم حصولها على ما ترغب، نراها تتوسع أكثر، تصبح أكثر تجاوباً مع حاجات الآخرين وتهمل نفسها، تضحي بنفسها وهي غير شاعرة بذلك.

عندما تشعر المرأة بعض الأحيان بالرغبة في الحصول على شيء ما نراها غير قادرة على الإفصاح عن ذلك وغير قادرة على مشاركة تلك الرغبات والسبب إنها غير منتبهة إلى تلك الاحتياجات.

مثلما يبدو الرجل أثناء الجهد بشكل أناني غير مهتم بالآخرين والسبب كون الرجل يفكر بشكل تركيزي، كذلك فالمرأة تبدو أثناء الجهد وكأنها عديمة الاستقبال أو غير قادرة على استلام وقبول مساعدة الآخرين. ولكي نتغلب على هذه الحالات المتطرفة فعلى الرجل أن يتعرف على تلك الصفتين في داخله ومن ثم تطويرها ومحاولة التوازن بينهما، وكذلك المرأة عليها مثلما على الرجل.

وإذا تمكنا من التوفيق بين هذه القوى في داخلنا فإننا لن نحسّن فقط

علاقاتنا ببعضنا البعض، بل إن ذلك سيساعدنا على أن نكون مبدعين وخلاقين.

ولأجل التوصل إلى توازن جيد في قوانا الداخلية فإننا وبطبيعتنا ننجذب إلى القوى المكملة الأخرى التي في داخلنا، فالرجال ينجذبون إلى النساء والنساء ينجذبن إلى الرجال. فمن خلال حب الرجل للمرأة فإنه بذلك يطور القوى الأنثوية مع احتفاظه بصفاته الرجولية. ومن خلال حب المرأة للرجل فإنها تطور جانب الذكورة مع احتفاظها بصفاتها الأنثوية، وعندما نحب ونحترم اختلافاتنا فإننا بذلك نحصل على التوازن المطلوب.

الأسباب والحلول وأهم التوصيات:

الزواج معناه الاجتماعي هو ارتباط رجل وامرأة بعقد شرعي يتيح لهما العيش معاً تحت سقف واحد، وهذا معناه اجتماع يضم (شخصين مختلفين). هذان الشخصان ينامان ويصبحان معاً، يأكلان ويشربان، يفكران ويخططان ويتخذان قرارات مهمة لها علاقة مباشرة بمسيرة حياتهما وعلى مستقبلهما معاً. السؤال هنا: هل من السهل على هذين الشخصين، الرجل والمرأة، أن يفهم بعضهما البعض الآخر؟ هل يمكن لهما أن يتفاهما ويتفقا على أمور الحياة؟ هل إنهما يفكران بإسلوب واحد وبطريقة واحدة؟ هل ينظران إلى الحياة نظرة واحدة ويفهماها من نفس المنطلق؟ هل إنهما يتعاملان مع مجريات الأمور بنفس الطريقة؟ هل أن أهدافهما واحدة؟ هل أن تركيبتهما متشابهة؟.

لنلق نظرة على أحاديث الصادق الأمين عليه أفضل صلوات الله وسلامه، وما يقول فيهما عن المرأة، قال:

١ ـ **«استوصُوا بالنِّساءِ خيراً، فإن المرأة خُلقت من ضلع، وإنّ أعوج ما في الضلع أعلاه، فإن ذهبت تقيمُهُ كسرتهُ، وإن تركتُه لم يزل أعوج، فاستوصوا بالنساء»[١]. ثم قال صلى الله عليه وسلم:**

---

(١) أخرجه البخاري في (٦/ ٣٦٣ أحاديث الأنبياء ـ باب: خلق آدم وذريته) و (٩/ ٢٥٢/ النكاح باب: المداراة مع النساء ـ باب الوصاة بالنساء.

٢ ـ **«إن المرأة خلقت من ضلع لن تستقيم لك على طريقة، فإن استمتعت بها، استمتعت بها وفيها عوجٌ، وإن ذهبت تقيمها كسرتها وكسرها طلاقها»**[١].

ما أصدق قول هذا النبي الأمي عليه أفضل الصلاة والسلام.

من خلال قراءتنا للحديثين الشريفين، قد يظن البعض إن المعنى العام هو (أن المرأة عوجاء) وأن ذلك عيب فيها ولا يمكن إصلاحه، وكذلك فأن الرجل أفضل منها، وبمعنى آخر أن الإسلام لا يقيّم المرأة ولا يحترمها ولا يعطيها أية أهمية أو مكانة في المجتمع والمجتمع الإسلامي هو مجتمع الرجل فقط.

طبعاً فإن ذلك كلام فارغ ولا صحة له وهو بعيد كل البعد عن الحقيقة، فنحن نعلم أن الإسلام قد كرّم المرأة وأعزّها ورفع من أهميتها ومكانتها في المجتمع وأوصى بها خيراً. فهل هناك أكثر من أن تكون الجنة تحت قدميها وأن عقوقها من الكبائر؟! هل هناك أكثر عزة وكرامة؟.

إذا كان الأمر كذلك، فماذا أراد ذلك النبي الأمي عليه أفضل الصلوات والسلام أن يخبرنا؟ هل أن المرأة فعلاً عوجاء؟ وهل إن عواجها في رأسها؟ هل إن رأس المرأة فيه ميلان إلى الأمام أو إلى الخلف أو إلى أحد الجانبين؟ لننظر إلى نسائنا ونجيب على ذلك السؤال. بالطبع فإن الجواب هو النفي القاطع.

ما أراد رسول الله ﷺ أن يخبرنا ومنذ ذلك العهد البعيد أن هناك اختلافات جذرية بين الرجل والمرأة، فكلنا نعلم أن الرأس هو الذي يحتوي على الدماغ، وأن الدماغ هو الذي يقوم بالتفكير وتحليل الأمور ومن ثم إصدار الأوامر إلى سائر أعضاء الجسد للقيام بكل الأفعال وردود الأفعال. فكل ما يصدر عنا من أفعال وأقوال هو نتيجة لأوامر صدرت من الدماغ. فعواج المرأة الذي أشار إليه

---

(١) أخرجه مسلم في صحيحه (٢/ ١٠٩٠/ باب الوصية بالنساء).

ذلك النبي ﷺ والذي كان ينطق عن الوحي هو أن الرجل والمرأة يختلفان اختلافاً كبيراً في أسلوب التفكير وبالتالي فإن أفعالهما وفهمهما للأحداث ونظرتهما للحياة ومجرياتها تختلف عن بعضها البعض. نعم، هذا ما أراد عليه الصلاة والسلام أن يخبرنا، وليس هناك أي عواج في رأس المرأة.

المشكلة التي نحن بصددها الآن هو إن ذلك الاختلاف الكبير الذي أشرنا إليه يولّد خلافات حادة وقد توصف بأنها لا تطاق. وينتج عنها إما حياة تعيسة أو الطلاق البغيض الذي يدمر كل شيء.

الرجال والنساء في خلافات مستمرة مع بعضهم البعض، فغالباً ما نغضب لتصرف ما يصدر من الطرف الآخر إذ نتوقع أن تكون ردة فعل الطرف الآخر مشابهة لردة فعلنا في ذلك الموقف، نتوقع أن يحبّوا ما نحب ويشعرون كما نشعر ويتعاملون مع الأحداث مثلما نتعامل. نتوقعهم أن يكونوا نسخة طبق الأصل. فالرجل وبطريق الخطأ يظن أن تفكير المرأة وحديثها وردود فعلها تجاه الأحداث مثلما عنده بالضبط، وكذلك فإن المرأة وبطريق الخطأ أيضاً تشعر وتتوقع مثل ذلك من قبل الرجل.

نحن جميعاً ننسى أن هناك اختلافاً جوهرياً وفطرياً بين الرجال والنساء، فلا يمكن للرجل أن يفكر ويتعامل مع الأحداث مثلما تفعل المرأة وكذلك لا يمكن للمرأة أن تفكر وتتعامل مع الأحداث مثل الرجل. ونتيجة لذلك النسيان فإن علاقتنا تتوتر وتكون مليئة بالمصادمات والمشاحنات والمشاكل غير الضرورية.

ومن البديهي لو إننا ومنذ البداية أخذنا هذه الاختلافات بعين الاعتبار ووضعناها نصب أعيينا لتمكنا من فهم تصرف الطرف الآخر وسبب ذلك التصرف وعندها نتجنب ردود فعلنا الخاطئة، تلك الردود التي كانت نتيجة سوء فهم منا، والتي قد تؤدي إلى نتائج وخيمة وباهظة الثمن (ثمناً مادياً ومعنوياً).

النوايا الحسنة وحدها غير كافية:

الوقوع في الحب شيء عظيم وله شعور غامر، إنه شعور أزلي وكأن الحب سيستمر إلى الأبد، عندها وبكل براءة نظن أننا محصنين ضد كل تلك المشاكل التي مر بها والدينا من قبل وإننا سنقضي حياة ملؤها المحبة والسعادة والتي لا يعكر صفوها أي شيء.

ولكن بمرور الأيام نرى الرجال يتوقعون من النساء أن يفكرن ويتصرفن مثلهم، وكذلك بالنسبة للنساء فإنهن أيضاً يتوقعن من الرجال أن يفكروا ويتصرفوا كما لو كانوا نساء. كلا الجنسين يفكرون بذلك الأسلوب متناسين ذلك الاختلاف الكبير بينهما، تظهر المشاكل وتطفوا على السطح وتتكرر وتستعصي الأمور ونرى وبالرغم من ذلك الحب الجامح والذي كان السبب الرئيسي في اجتماعهما وزواجهما، وكذلك بالرغم من النوايا الحسنة والتي بذلها الطرفان دائماً للتغلب على الصعاب وتهوين المشاكل ومحاولة حلها، وبالرغم من كل ذلك فإننا نرى ذلك الحب العظيم يبدأ بالضعف والهزل وقد يصل إلى نقطة التلاشي والتبخّر وعندها تنقلب الحياة من سعادة وهناء إلى تعاسة وشقاء. هنا تبدأ الحيرة علينا ونبدأ نسأل أنفسنا: كيف حصل كل ذلك ولماذا؟ كيف انقلبت الأمور ووصلت إلى هذه الحالة؟ بالأمس كنا سعداء وكان اجتماعنا مبعث هناء، واليوم أصبحنا أشقياء ولا نطيق بعضنا البعض؟ من كان المقصّر؟ (وهنا طبعاً يكون وضع اللوم دائماً على الطرف الآخر إذ أن كل منا يعتقد بأنه قد بذل كل جهوده وقدم كل ما عنده لأجل إسعاد الطرف الآخر والإبقاء على تلك العلاقة إلا أن الطرف الآخر هو الذي لم يقدم أي شيء ولم يحاول أن يقدّر ذلك العطاء وكان أنانياً في كل تصرفاته).

هذا المفهوم وهذا الاعتقاد خاطىء، نعم، فالحقيقة هي إن كلا الطرفين كان حريصاً جداً على الإبقاء على تلك العلاقة والرابطة الزوجية وكان يصبوا دائماً إلى إسعاد الطرف الآخر وقد قدم الكثير لأجل تحقيق ذلك، إلا أن ما

حصل هو أن ما قدمه كان بأسلوب يتماشى مع أسلوبه هو وليس أسلوب الطرف الآخر إذ أنه لم ينتبه إلى الاختلافات الغريزية والفطرية بين الأسلوبين.

كل يوم وفي كل بقاع العالم نرى ملايين من الناس يبحثون عن الشخص المناسب والذي معه أو معها يمكن لهم أن يجدوا الحب ويتمكنوا من تبادل ذلك الشعور الغامر. ملايين من الناس يتزوجون وزواجهم يكون مبنياً على الحب، فنراهم في البداية سعداء ولا تكاد الأرض تسعهم، إلا أنه وبعد فترة من الزمن (قد تطول وقد تقصر) نراهم يصلون إلى النتيجة المحزنة. تنقلب الأمور رأساً على عقب وتحل التعاسة والشقاء محل ذلك الحب وتلك العواطف الجياشة، هذا هو الطابع الجديد لحياتهم، وقد يقرر أحدهما أو كلاهما وضع حد لتلك المعاناة وذلك باللجوء إلى الطلاق.

الفرق بين دماغي الرجل والمرأة:

حقيقة علمية تقول: يصعب على دماغ الرجل التحول بسرعة من حالة التفكير والتركيز إلى حالة الإحساس والعواطف، بينما يكون ذلك في منتهى السهولة بالنسبة لدماغ المرأة.

قد يتصور البعض أن هناك فرق بين دماغي الرجل والمرأة، هذا التصور صحيح، إلا أن الفرق ليس في الحجم فقط بل يتعدى ذلك إلى التركيب والوظائف، فدماغ الرجل فيه صفة التخصص فهو يحتوي على فصين مثل دماغ المرأة إلا أن كل فص يكون مسؤولاً عن أمور معينة، فالجزء الأيمن مسؤول عن الأمور النظرية المرئية مثل الإنجاز في الألعاب الرياضية بينما يسيطر الجزء الأيسر من الدماغ على المهارات والأمور الشفوية مثل التعبير عن المشاعر والأحاسيس، الفهم والتعامل مع المشاكل. وقد اكتشف الطب أن الجزء الأيمن يكون نموّه أسرع عند الطفل الذكر لذلك نرى الأطفال الذكور أقل مهارة من البنات في مجال الأمور الشفوية بينما نراهم أفضل في مجال الإنجازات والألعاب الرياضية، وحتى عند الكبر نلاحظ ذلك الفرق بين الجنسين.

أما دماغ المرأة وبالرغم من كونه يحتوي على فصّين مثل دماغ الرجل إلا إنه يختلف عن دماغ الرجل إذ إنه يتصف بصفة التعميم، وبمعنى آخر فهو وحدة واحدة وكلا الفصين فيه يعملان سوية وبنفس القدر وليس هناك تخصص في الجزئين مثلما عند الرجل.

وها هي الدكتورة **Jane Barr Stump** تصف الفرق بين الدماغين وتقول:

(بسبب هذا الاختلاف بين دماغي الرجل والمرأة يذهب الكثير إلى الإعتقاد بأنه هو السبب الذي يجعل النساء أفضل من الرجال في قوة الملاحظة والإدراك ـ سعة الأفق ـ إضافة إلى ذلك فعند حصول أي تلف لأي جزء من أجزاء دماغ المرأة (مثل حصول جلطة دماغية) فإن ذلك لن يؤثر كثيراً على فعالية المرأة حيث أن الفص الثاني والذي هو مشابه تماماً للفص الأول التالف سيتولى القيام بالمهام. أما بالنسبة للرجل فإن أيّ تلف يحصل في الفص الأيسر من دماغه فقد يفقد عندها القدرة على الكلام، وهنا لا يمكن للجزء الأيمن التعويض عن الجزء الأيسر ولذلك لا يمكن له القيام بأعمال الجزء الأيسر. قد يكون هذا التركيب الطبيعي لدماغ كل من الرجل والمرأة له علاقة مباشرة في قدرة المرأة على التحول السريع في إسلوب تفكيرها بينما يصعب ذلك على الرجل).

عالم الرجل وعالم المرأة الخارجي:

يختلف عالم الرجل الخارجي عن عالم المرأة الخارجي اختلافاً كلياً، فحياة الرجل في الخارج وتعامله مع الأشياء التي حوله ومع الأحداث تتسم بالصراع والمنافسة، إنها معركة حامية الوطيس إذ أن المجتمع بالنسبة له عبارة عن تركيبة هرمية والإنسان فيه إما في القمة أو في الأسفل. وطبعاً فإن القوي هو الذي يكون في القمة والضعيف في الأسفل والرجل بطبيعته يحب أن يكون دائماً في الأعلى ولا يقبل لنفسه أن يكون في الأسفل. فالقمة معناها النجاح والأسفل معناه الفشل، لذلك نرى الرجل يحاول النجاح دائماً فيما يقوم به من أعمال

ليحافظ على مكانته المرموقة في ذلك الهرم ونراه كذلك يحاول أن يحقق ذلك النجاح بمفرده وذلك بعدم طلب المساعدة إذ أن طلب المساعدة دليل على الضعف وتضعه في المرتبة السفلى. حياة الرجل في الخارج تتطلب منه بذل مجهوداً عظيماً إذ يتوجب عليه أن يتكلم كثيراً ويتناقش مع الآخرين ويثبت إنه على صواب وإن الآخرين على خطأ وإنه أفضل منهم، وكذلك فعليه أن يبذل مجهوداً كبيراً في العمل إما مجهوداً ذهنياً أو مجهوداً عضلياً، وأيضاً عليه أن يحمي نفسه من محاولات الآخرين للنيل منه، فالمجتمع مليء بالوحوش المفترسة والتي لا تعرف معنى الرحمة. هذا هو مجتمع الرجل في الخارج ولذلك فإنه عندما يعود للبيت بعد قضاء يوم مثل هذا نراه قد استنفذ كل طاقاته ويكون منهك القوى وفي حالة إجهاد وإن كل ما ينشده هو قسطاً من الراحة يحاول من خلالها استعادة نشاطه ومن ثم التعامل مع من حوله داخل المنزل.

أما عالم المرأة الخارجي فإنه يختلف عن ذلك تماماً، إنه عالم السلام والمحبة، عالم لا يعرف كل تلك الصراعات والمنافسات، عالم شعاره الود والمساعدة. العالم الخارجي بالنسبة للمرأة هو عبارة عن شبكة كبيرة واسعة من الاتصالات والمحادثات تحاول النساء من خلال ذلك التقرب من بعضهن البعض وتقديم يد العون والمساعدة حتى لو لم يطلبها أحد منها، تحاول المرأة في عالمها الخارجي أن تتعامل مع النساء الأخريات من منطلق المساندة والتأييد ومحاولة الوصول إلى اتفاق في الرأي.

مجتمع المرأة هو مجتمع هرمي أيضاً إلا أن تلك الهرمية ليست هرمية القوة والإنجازات مثلما عند الرجل، بل إنها هرمية الصداقة والمودة والعلاقات الاجتماعية. والمرأة في مجتمعها الخارجي تهتم أيضاً بالإنجازات والنجاح وعدم الفشل مثل الرجل إلا أن تحقيق ذلك ليس هو الهدف الأساسي عندها ولا تركز عليه دائماً وطريقة تحقيقها لذلك هو الحوار والمتابعة وليس الصراع والمنافسة الطاحنة التي رأيناها في عالم الرجل.

دعونا نلقي نظرة على المثال التالي ومن خلاله نحاول توضيح أسلوب تعامل الرجل والمرأة مع العالم الخارجي. فهم الرجل لمجريات الأمور وردة فعله، وكذلك فهم المرأة وردة فعلها.

«ذات يوم قرر الزوج فارس الترفيه عن زوجته نضال وذلك بالخروج لتناول طعام العشاء في أحد المطاعم. وبعد وصولهما قررت نضال طلب طبق من السمك وقرر فارس طلب طبق من الكباب. عند وصول الطعام وعندما بدأت نضال الأكل، لاحظت بأن السمك لم يكن معداً بالطريقة التي تحبها وأخبرت زوجها بذلك. تناقش الاثنان حول مسألة طلب تبديل السمك بطبق آخر وأخيراً اتفقا على القيام بذلك وتم استدعاء العامل وأخبرته نضال بأن السمك لم يعجبها وأنها ترغب باستبداله بطبق آخر.

بكل أدب واحترام سأل عامل المطعم عن سبب عدم إعجاب نضال بالسمك؟ وهنا وقبل أن تنطق نضال بحرف واحد، بادر الزوج فارس بالرد نيابة عنها قائلاً: (يبدو أن السمك الذي تقدموه غير طازج).

استغرب العامل وسأل الزوج الشهم: هل تقصد أن السمك الذي نقدمه هو سمك مجمّد؟

نظرت نضال إلى العامل وقالت: الحقيقة أن السمك لم يعجبني.

التقط عامل المطعم السمك ووعد باستبداله بطبق آخر حسب رغبة نضال.

لننظر إلى ما حصل في ذلك المثال البسيط والذي نراه وأشباهه كل يوم تقريباً في حياتنا.

بالنسبة للزوج فارس فإن سؤال العامل عن سبب عدم إعجاب نضال بالسمك كان بالنسبة له بمثابة تحدّ وإن عليه المجابهة، شعر وكأن هناك معركة وإن عليه أن يفوزها. ولكي يفوزها فإنه يتوجب عليه أن يقدم سبباً قوياً يعزز تلك الشكوى ويحقق النصر، وهنا نلاحظ أن فارس كان يخوض معركة نيابة عن زوجته. بالنسبة للزوجة نضال فإن سؤال العامل كان عبارة عن استفسار أو طلب

معلومات حول الطعام نفسه، ولم تشعر بأي نوع من التحدي من قبل العامل أو محاولة العامل لرفض طلبها. ولذلك حاولت إيجاد طريقة مسالمة لاستبدال الطعام وبدون إحراج العامل أو التهجم على المطعم أو الطعام المقدم.

نظرة الرجل والمرأة إلى العالم الخارجي:

عندما ينظر كل من الرجل والمرأة إلى العالم الذي يحيط بهما، يظهران وكأنهما يلبسان نظارات مختلفة. نعم، والسبب في ذلك هو كون الرجل ينظر إلى العالم من منطلق **التركيز** بينما تنظر المرأة إلى نفس العالم من منطلق **التوسع**. وكلا المنطلقين وبالرغم من الاختلاف الكبير بينهما فأنهما يعتبران صحيحان.

يتميز أسلوب التفكير عند الرجل بربط الأمور ببعضها البعض بشكل حلقات متواصلة، وهكذا وبطريق التدرج يقوم الرجل برسم صورة واضحة للموضوع الذي هو بصدده.

بينما يتميز أسلوب التفكير عند المرأة بالتوسع، وهذا الأسلوب هو عبارة عن رسم صورة كاملة للموضوع في البداية وذلك عن طريق الحدس. بعد ذلك تقوم المرأة بمحاولة اكتشاف كل الأجزاء المتعلقة بذلك الموضوع ومن ثم تقوم المرأة بربط تلك الأجزاء ببعضها البعض.

يؤثر هذا الفرق في النظرة بين كل من الرجل والمرأة على الكثير من الأمور في الحياة، مثل القيم، إعطاء الأولويات، تصرفات اللاوعي، المواهب الطبيعية، المصالح، والسبب في كل ذلك هو اختلاف الرجل والمرأة في النظر إلى العالم الخارجي ومجرياته. فالمرأة التي تتسم بالتوسع تنظر إلى جانب العلاقات المتبادلة بين الناس، لذلك نرى المرأة تهتم كثيراً بجانب الحب، العلاقات، مواصلة المحادثة، المشاركة، التعاون، الحدس، والهدوء النفسي الداخلي.

وعلى الطرف الآخر فإن الرجل الذي يتسم بالتركيز فإنه ينظر إلى جانب

ربط الأمور ببعضها البعض بطريقة حلقات متواصلة وبعد ذلك يقوم برسم صورة واضحة. وهذا الأسلوب يدفع بالرجل إلى التفكير في إحراز نتائج، تحقيق أهداف، القوة، المنافسة، العمل، المنطق والكفاءة.

وهنا عزيزي القارىء وعزيزتي القارئة دعونا نلقي نظرة على حقائق تدل على اختلاف أسلوبي النظر عند كل من الرجل والمرأة. لننظر إلى محفظة الرجل وحقيبة المرأة، نعم فهاتان آلتان يستخدمهما كل من الرجل والمرأة لسبب ظاهري واحد، وبالرغم من كون السبب مشترك إلا أننا نلاحظ اختلافات هائلة بين تلك الآلتين المستخدمتين لنفس الغرض وكذلك محتويات تلك الآلتين الداخلية.

دعونا ننظر أولاً إلى الألوان، محفظة الرجل في الغالب إما سوداء أو بنية (جوزاء)، لونان متعارف عليهما. أما حقيبة المرأة فألوانها كثيرة جداً وغالباً ما تكون تلك الألوان زاهية مشعة وبراقة وذات رسوم.

لننظر إلى حجم تلك الآلتين، فمحفظة الرجل صغيرة وفي الغالب خفيفة الوزن وهي مصممة لحمل بعض النقود وبعض الأوراق المهمة مثل رخصة السواقة أو بطاقات بنكية. هذا ما يتعلق بمحفظة الرجل. أما حقيبة المرأة الاعتيادية فإنها كبيرة جداً وغالباً ما تكون ثقيلة، والمصيبة الكبرى تكمن في فتح تلك الحقيبة والتعرف على ما في داخلها. يا إلهي إنها جامعة شاملة نجد في داخلها كل ما خطر على البال. إنها أشبه بمستودع فيه كل أنواع العتاد، أسلحة ثقيلة ومتوسطة وخفيفة. فيها نقود ورقية ومعدنية (وهذا شيء لا غبار عليه) نجد في تلك الحقيبة علب صغيرة تحتوي على أنواع عديدة من الأدوية، وجع الرأس، ضمادات، قطن، وما شاكل ذلك. نجد أيضاً قناني حليب للأطفال، أوراق ومستندات ووصولات حديثة وقديمة حتى أن قسماً منها انتهت صلاحيته ولم تعد له أية أهمية، أوراق مهمة وغير مهمة، علبة أو أكثر للماكياج، مشط أو مجموعة أمشاط، مرآة أو أكثر من واحدة، معجون أسنان وفرشاة، جوارب

نسائية إضافية، وصفات طبية تخص جميع أفراد العائلة، آلة حاسبة صغيرة، دفتر أرقام تلفونات ومواعيد، نظارات شمسية (وطبية)، معدات نسائية خاصة، أقلام حبر ورصاص وألوان، قد نجد كاميرا صغيرة وعدة أفلام، ألبوم صور يضم صور أفراد الأسرة والأصدقاء، وقد نجد قليل من الشاي والسكر، نجد رسائل وطوابع بريدية، دبابيس مختلفة الأنواع والأحجام، قد نجد علبة أو أكثر من السجائر ومجموعة من الولاعات، علك (لبان)، وأشياء أخرى تحتاج إلى وقت طويل للتعرف عليها. باختصار، فإن حقيبة المرأة فيها كل ما خطر على بال، إنها مستودع متنقل يحتوي على كل المعدات. بالنسبة للمرأة فإن الحقيبة ما هي إلاّ غطاء أمان، صديق تثق به، وجزء أساسي من كيانها، إنها الآلة التي تلجأ إليها عند حدوث أي طارىء تتعرض له المرأة. وهنا نقول أنه يمكن لنا معرفة مدى التوسع في أسلوب تفكير أية امرأة وذلك من خلال حجم ومحتويات حقيبتها اليدوية.

دعونا ننظر إلى حقيقة أخرى وهي دخول الرجل والمرأة إحدى القاعات الكبيرة ذات الكراسي العديدة، كقاعة اجتماعات. عندما يدخل الرجل نراه أول ما يقوم به هو البحث عن مقعد مناسب، وبعد أن يجد ذلك المقعد ويجلس فيه يبدأ بعد ذلك بتحريك عينيه والنظر إلى ما حوله محاولاً التعرف على الجو العام. ينظر إلى صفوف الكراسي، خشبة المسرح، الحضور، جوانب المسرح، السقف، وهكذا إلى أن يكوّن في مخيلته صورة واضحة لكل من المبنى وكذلك الحاضرين.

أما المرأة فعند دخولها إلى نفس المبنى فإن تصرفها يختلف تماماً عن تصرف الرجل، أول ما تفعله المرأة هو القيام بإلقاء نظرة (قد تكون سريعة خاطفة إلا أنها شاملة)، نظرة تحاول المرأة من خلالها الإلمام والتعرف على كل ما يحيط بها، نظرة تجسد صورة واضحة عن المكان والناس والموجودون هناك، بعد ذلك تحاول المرأة التعرف على المبنى، شكله، تركيبته، ألوانه، ديكوراته، الناس الموجودون، وبعد أن تنتهي من كل ذلك تبدأ بعد ذلك بالبحث عن مقعد مناسب.

هذا الاختلاف يصبح أكثر وضوحاً في المعارض، كمعرض الكتاب إذ نرى الرجل يقوم بالتحرك من كشك لآخر وهو في حالة تركيز تام على الكتب المعروضة، ويكون الهدف الرئيسي هو العثور على ما يمكن الاستفادة منه. تكون حركة الرجل آلية حيث أنه يذهب إلى أحد الأكشاك وبعد الانتهاء ينتقل إلى الكشك التالي، وهكذا. أما المرأة فنراها تدخل المعرض وتكاد تتوقف عن المشي، تدخل المعرض وتبدأ عيناها بالنظر إلى الأكشاك، تستعرض تلك الأكشاك من المكان الواقفة فيه. بعد ذلك تبدأ المرأة بالتحرك، تحرك له إيقاع خاص يختلف عن حركة الرجل الآلية، تبدأ بالتحرك وهي منشرحة الصدر تحاول أن تستمتع بكل ما هو موجود، وبعد ذلك تبدأ بالنظر إلى الكتب المعروضة.

زيارة المعرض بالنسبة للرجل هي العثور على ما يمكن الإستفادة منه، أما بالنسبة للمرأة فإنها متعة واكتشاف أولاً وبعد ذلك العثور على ما يمكن الاستفادة منه.

حقيقة أخرى وهي مسألة التسوق، هل هناك أحد من الرجال يحب التسوق بصحبة المرأة؟ الجواب وبكل تأكيد هو النفي. نعم لا أحد، وهذه الظاهرة هي ظاهرة عالمية نجدها في كل أرجاء العالم. وبالرغم من أن الهدف من التسوق هو واحد إلا أن الأسلوبين مختلفان ومتضادان.

عندما يكون الرجل في حالة تركيز نراه أكثر فِاعلية ويتمكن من إنجاز المهام بسرعة أكبر من الاعتيادية، أما المرأة فالمسألة بالنسبة لها تكون العكس من ذلك، نرى المرأة آنذاك تشعر بالتعب وتتضايق وخصوصاً إذا كانت في مكان واسع الأرجاء وفيه أناس كثيرون. لا يمكن للمرأة أن تتصرف مثل الرجل، الدخول إلى السوق، التقاط الحاجة والخروج السريع، هذا التصرف خاص بالرجل وبطبيعته وإذا حاولت المرأة اتباع ذلك التصرف فإنها ستشعر بالتعب وستتأذى حالتها النفسية كثيراً ولا يمكن لها الاستمرار على ذلك النحو.

مصيبة خروج الرجل مع المرأة للتسوق تكمن في الطبيعة التوسعية عند المرأة، إذ أن المرأة وبسبب طبيعتها تلك تحاول في البداية النظر إلى كل ما حولها، تنظر إلى كل شيء معروض، كل شيء حتى لو كانت هناك أشياء لا تدخل في ضمن قائمة احتياجاتها أو قائمة التسوق التي أعدتها مسبقاً، لا بد للمرأة من النظر إلى المعروضات، إنها طبيعة ولا يمكن الحياد عنها.

في كثير من الأحيان يحصل مثل هذا الموقف الذي يزعج الرجل ويرفع عنده ضغط الدم، يكون ماشياً مع المرأة في السوق وهو في حالة تذمر وتأفف، يحاول الإسراع في الانتهاء من عملية التسوق، وبينما هو كذلك فإذا بالمرأة تشاهد شيئاً (لا تحتاج إليه) ومع ذلك تقف وتتمعن في النظر إليه وإلى جماله وتبدأ بالتحدث إلى الرجل عن ذلك الشيء وعن جماله!! ما يقوله الرجل في داخله آنذاك (كلانا يعلم جيداً أن ذلك الشيء ليس في قائمتنا ولا حتى نحتاج إليه، لا أدري لم تحدثني عنه ولم مضيعة الوقت هذه؟). وطبعاً يمكن للقارىء الكريم معرفة حالة الرجل النفسية في تلك الأثناء، إنه أشبه بالقنبلة الموقوتة، تنفجر بمجرد الملامسة.

هنا نقول للرجل: عليك التحلّي بالصبر، عليك أن تعلم بأن تصرف المرأة هذا هو أمر طبيعي بالنسبة لها ولطريقة تفكيرها، لا تتصور أن المرأة تتعمد إثارتك أو رفع ضغط دمك أو أنها ساذجة أو غبية، أبداً إنها تتصرف تصرفاً طبيعياً جداً، إنها طبيعتها النسائية التي لا يمكن تغييرها أو التنكر لها.

تدل التجارب العلمية والأبحاث الدراسية على أن الرجل لا يستطيع مسايرة حالة المرأة التوسعية لأكثر من نصف ساعة، نصف ساعة توسع وعدم تركيز هي الحد الأقصى الذي يمكن للرجل تحمله وبعد ذلك يبدأ الرجل بالتضايق والله أعلم بما يفعل بعد ذلك.

في الغرب نلاحظ وجود مقاعد في المحلات الكبيرة وفي الأسواق الضخمة. من أعدّ هذه المقاعد ولمن؟ الجواب هو أن إعداد هذه المقاعد تم

بناء على نتائج الأبحاث السايكولوجية التي قام بها العلماء. نعم، هذه المقاعد تم إعدادها خصيصاً للرجال الذين يرافقون النساء في السوق والذين لا يمكن لهم الاستمرار في التنقل من محل لآخر لمدة طويلة كما تفعل النساء. لا بد وأن يشعر الرجال بالتعب الذهني، يمكن للمرأة أن تقضي ساعات طويلة في مثل هذه المحلات أو محلات أخرى، نعم تقضي ساعات طويلة وهي في منتهى الراحة والاستمتاع، أما الرجل فنصف ساعة من التوسع ويتعب ذهنه وينتهي صبره ويضيق خلقه وتنقلب حالته النفسية من الود والحنان إلى العصبية وتشنج الأعصاب. هذه المقاعد أعدّت خصيصاً لإراحة الرجال النفسية.

لننظر إلى حقيقة أخرى، هل لاحظت عزيزتي المرأة انزعاج الرجل عندما يكون في حالة تحدث مع شخص آخر وتحاولين التحدث إليه (مقاطعته؟) هل حصل ذلك من قبل؟ إن لم يحصل ذلك من قبل فإنه لا بد واقع الحصول في المستقبل إلا إذا توقفت عن فعل ذلك فوراً.

وهل لاحظت انزعاج الرجل عندما يكون في حالة قيادة السيارة، صاباً كل انتباهه على الطريق والسيارات الأخرى وأثناء ذلك تحاولين التحدث إليه؟.

المصيبة هي أن المرأة لا تعلم أسلوب الرجل في طريقة التفكير ولا طبيعته التركيزية، فالرجل الذي يتحدث هاتفياً مع شخص آخر يكون وقتها مركزاً على ذلك الموضوع الذي يتحدث عنه، وإذا حاولت المرأة التحدث إليه فإنها كأنما تقول للرجل (أترك الموضوع الذي تتحدث فيه وحوّل انتباهك إليّ بسرعة البرق!). يا سبحان الله... ألا تعلم المرأة أن هذا شيئاً مستحيلاً بالنسبة للرجل؟ ألا تعلم أن الرجل لا يمكن له أن يحوّل تركيزه بتلك السرعة وإن الرجل لا يحب التركيز على موضوعين في آن واحد؟ هنا نقول أن الرجل يتمكن من النظر في أكثر من موضوع إلا أنه لا يستطيع التركيز ولا يحب القيام بذلك. يعلم الرجل إنه لو حاول التركيز على أكثر من موضوع واحد في نفس الوقت فإن النتيجة لن تكون بالمستوى الذي يرغب فيه، قد يرتكب الرجل خطأ أو عدّة

أخطاء، لذلك فعندما يكون الرجل في حالة قيادة السيارة فإن تركيزه يكون منصباً على القيادة والوصول بسلام وأي كلام معه قد يعكّر عليه ذلك التركيز ويسبب كارثة. نلاحظ انزعاج الرجل واضحاً خصوصاً عندما يكون الرجل ماراً بمنطقة مزدحمة تكثر فيها السيارات ويكثر فيها تواجد المارة، أما في الشوارع الخارجية والتي تقل فيها حركة السيارات والمارة فنرى الرجل أكثر استعداداً للتحدث والسبب هو عدم تركيزه ١٠٠٪ على السياقة.

تنزعج المرأة كثيراً من الرجل ومن تصرفه، ما الذي دهاه؟ كل ما حاولت فعله هو التحدث إليه وهو يسوق في منطقة مزدحمة؟ هل إن ذلك جريمة يعاقب عليها القانون؟ هنا تبدأ المرأة بالتفكير وتحاول وضع نفسها محل الرجل، وتبدأ تسأل نفسها (لو كانت هي التي تسوق ويقوم الرجل بالتحدث إليها فهل ستتصرف بذلك الشكل القاسي؟؟ أبداً، لم إذاً تصرف الرجل بذلك الشكل؟).

هنا نقول للمرأة الفاضلة: لا شك أنك تعلمين طبيعتك الأنثوية جيداً، تلك الطبيعة التوسعية التي تمكنك من التعامل مع أكثر من موضوع واحد وفي وقت واحد، لا شك أنك تتمكنين من التحدث على جهاز الهاتف وفي نفس الوقت تكونين منشغلة بإعداد الطعام وتغيير ملابس الأطفال المتسخة ومساعدتهم في ارتداء ملابس نظيفة وحتى لو أن هناك شخصاً آخر في المنزل حاول مقاطعتك وطلب منك الانتباه والتحدث إليه فإنك قادرة على فعل ذلك. لا شك أنك تستطيعين القيام بكل ذلك، إلا أن عليك أن تعلمي طبيعة الرجل أيضاً، تلك الطبيعة التركيزية التي تعيقه من القيام بكل الذي ذكرناه، تمنعه من التعامل مع أكثر من موضوع.

وهنا نقول للرجل أيضاً إذا لاحظ تصرف المرأة الذي لا يحبه: عليه أن يعلم بأن المرأة المسكينة لا تحاول أن تنغص عليه عيشته ولا تحاول متعمدة إيذاء شعوره. إنها فقط تتصرف من منطلق طبيعتها النسائية التوسعية. وطبعاً هناك أمثلة كثيرة من واقع الحياة وكلها توضح هذه الاختلافات في الطبائع،

فالرجل المشغول بمشاهدة التلفزيون أو قراءة أحد الكتب أو الصحيفة وتحاول المرأة التحدث إليه ينزعج الرجل وتكون ردة فعله غير لطيفة أو مقبولة من قبل المرأة، تنزعج المرأة لردودالفعل تلك و. . .

عزيزتي المرأة، لا شك أنك الآن عرفت سبب تصرفات الرجل من هذا القبيل والتي بالطبع لا تعجبك، عليك أن لا تأخذي الموضوع بشكل شخصي ولا تفهميه بشكل خاطىء ولا تسيئي الظن بالرجل ولا بحبه لك فما يدفع الرجل إلى ذلك التصرف هو طبيعته الرجولية وليست مشاعره نحوك. ومن الآن فصاعداً يمكنك اتباع أسلوباً آخراً للتحدث إلى الرجل المشغول بشيء ما، أسلوباً يعطيه الفرصة للاختيار وكذلك تحويل انتباهه وتجهيز نفسه للتحدث إليك. عندما يكون الرجل مشغولاً وتودين التحدث إليه يمكنك أن تقولي بأسلوب ودي لطيف وليس فيه رائحة الاستعجال: (متى يمكننا التحدث في موضوع كذا؟).

إذا كان جواب الرجل: (يمكننا التحدث الآن) وهو لا زال شاخصاً بصره إلى شاشة التلفزيون فهذا يعني إما أن الرجل لا يعرف قدراته الطبيعية بالضبط وإنه لن يتمكن من إعطائك الاهتمام المطلوب أو أنه لن يعبأ بما تودين التحدث عنه، فلا تنخدعي بذلك إذ أن النتائج سوف لن تعجبك.

من هو الثرثار، الرجل أم المرأة؟

الاعتقاد الشائع هو أن المرأة هي التي تتكلم أكثر من الرجل وأنها ثرثارة. هذا الاعتقاد باطل ولا صحة له بالمرة، نعم، إنه اعتقاد خاطىء وفيه ظلم كبير وإجحاف بحق المرأة.

فالرجل نراه في الخارج وفي الأماكن العامة هو الثرثار، بينما المرأة إما قليلة الكلام أو صامتة. أما في داخل البيت فإن المسألة تكون معكوسة إذ إنّ المرأة هي التي تتكلم دائماً بينما الرجل إما قليل الكلام أو صامتاً. والسبب في ذلك هو إنّ حياة الخارج بالنسبة للرجل عبارة عن صراع ومعركة شديدة وإن

واجبه يحتم عليه أن يستعمل كل الأسلحة المتاحة لديه لأجل الفوز وتحقيق النصر كي يبقى محتفظاً بمكانته في أعلى الهرم وكذلك فإن عليه أن يحمي نفسه من محاولات الأخرين للنيل منه وإيذائه. وطبعاً فإن أقوى الأسلحة في معركة مثل هذه هو الكلام فنراه يستهلك كثيراً من الكلام وهذا ما يجعله يظهر بمظهر المتكلم أكثراً (ثرثاراً). وعند عودته إلى البيت نراه قليل الكلام أو حتى صامتاً وذلك لأنه قد بذل مجهوداً كبيراً في الخارج ولم تبق لديه الطاقة التي تعينه. كذلك فإن المنزل بالنسبة له هو المكان الذي لا يتوجب عليه الكلام فيه.

أما بالنسبة للمرأة والتي تكون قليلة الكلام في الخارج وفي الأماكن العامة (وذلك لأسباب عديدة سنحاول إيضاحها في موضع آخر) فإنها عندما تكون في داخل المنزل نراها تكثر من الكلام وتتكلم في أمور شتى (هنا علينا أن نتذكر نقطة مهمة وهي أن الحياة بالنسبة للمرأة عبارة عن اتصال ودي ومحاولة خلق جو ملؤه المحبة والوئام والكلام هو أفضل وسيلة). وهنا تظهر المرأة وكأنها هي الثرثارة وليس الرجل. يشعر كثير من الرجال أن النساء لا يتوقفن عن الكلام داخل المنزل إذ أنهن يتكلمن في كل شيء وحتى لو لم يكن هناك شيء فإن المرأة تختلق شيئاً ما وتبدأ الكلام فيه. وطبعاً فإن ذلك يزعج الرجال ويثير أعصابهم. وعلى الطرف الآخر فإن النساء غالباً ما تكون شكواهن الأساسية هي صمت الرجال المبهم داخل المنزل (وهذه نقطة حساسة سنمر عليها أيضاً في مقام آخر).

دعا أحد المتخصصين مجموعة من الرجال والنساء لحضور مؤتمر الغرض منه مناقشة «من الذي يتكلم أكثر، الرجل أم المرأة». وعندما بدأ النقاش لوحظ أن أكثر المتكلمين كان رجلاً من الحاضرين إذ أن صاحبنا هذا كان كثير النقاش فهو يطرح أسئلة كثيرة ويقوم بالإجابة على أسئلة أخرى ولا يتوقف عن الكلام وعندما ذكر منظم المؤتمر أن النساء غالباً ما يشتكين من صمت الرجل داخل المنزل، وقف صاحبنا هذا وألقى بنظرة شاخصة إلى زوجته التي كانت جالسة بجانبه والتي لم تتفوه بأي كلمة، وقف وقال: إسمح لي يا سيدي بأن أقول إن

هذه الملاحظة مهمة جداً وممتازة، إن زوجتي لا تتوقف أبداً عن الكلام داخل المنزل. هنا ضحك الحاضرون لما قاله إذ إن الجميع لاحظ أنه هو الذي كان الأكثر كلاماً وأن زوجته كانت صامتة ولم تفتح فمها طيلة تلك الفترة. كيف يكون ما يدعيه صحيحاً؟.

هنا شعر صاحبنا بنوع من الإحراج والخجل وقال: هذا حقيقي بعد انتهاء العمل وعودتي للمنزل أكون مرهقاً وليس لدي كلاماً أقوله، أما زوجتي فتكون لديها الرغبة في الكلام وعدم التوقف.

قامت سيدة من الحاضرين وقالت: لا يتوقف زوجي عن الكلام في الخارج، إنه مثل جهاز التسجيل والذي يعمل على الوجهين بصورة تلقائية. فبعد انتهاء الوجه الأول يبدأ الوجه الثاني وهكذا، أما في المنزل فإنه صامت مثل الحجر. والحقيقة فإن ذلك يقلقني كثيراً هل إنه يكرهني ولا يود الكلام معي؟!.

وذكرت سيدة أخرى: عندما يعود زوجي من العمل وأسأله عن يومه وكيف كان، فبدلاً من أن يخبرني بما حصل فإنه غالباً ما يجيب (كان يوماً صعباً، أو كان يوماً عادياً، جواباً في منتهى الاختصار). ولكن ألاحظ أن الآية تنقلب وتتغير عندما يكون عندنا ضيوف، فزوجي الصامت والذي نادراً ما يفتح فمه وينطق تصبح عنده رغبة كبيرة في الكلام وعدم التوقف عن ذلك. يبدأ بالحديث عن موضوع ما وبعد الانتهاء من ذلك الموضوع ينتقل إلى موضوع آخر حتى أنه يبدأ بسرد نكات لم أسمعها منه قبل ذلك؟!.

تم نشر بعض الرسوم الفكاهية والتي لها علاقة بنفس الموضوع، فقد تم نشر صورة تمثل رجلاً جالساً على الكرسي وبيده صحيفة يقرأ فيها وبالقرب منه وعلى الكرسي الآخر تجلس زوجته وهي تنظر باشمئزاز إلى خلف الصحيفة وتقول: أنا متأكدة إنك لا تشعر حتى بوجودي.

وفي الصورة الثانية صورة للرجل وهو لا يزال يقرأ الصحيفة وقد مدّ يده

إلى الكرسي والذي كان فيه قطة العائلة بدلاً من الزوجة والتي كانت قد تركت الغرفة، وهو يقول: كيف لا أشعر بوجودك فأنت زوجتي الحبيبة.

وفي رسم فكاهي آخر والذي يظهر كثرة كلام المرأة داخل المنزل واستياء الرجل لذلك، نرى صورة رجل جالساً على الكرسي وبيده صحيفة، وقبل أن يفتح تلك الصحيفة يخاطب زوجته قائلاً: هل لديك شيئاً تودين التحدث عنه قبل أن أبدأ القراءة؟ والتعليق تحت الصورة يقول: (يعلم الرجل أنه ليس لدى زوجته أي موضوع مهم تود التحدث فيه وهو يعلم أيضاً أنه حال بدئه القراءة فإنها ستختلق موضوعاً ما وستبدأ بالكلام وتطلب منه الانتباه والمشاركة).

أخطر ما في هذا الموضوع هو ما يجري بين الرجل والمرأة داخل المنزل. فالكل يعلم أن المنزل هو المكان الأمثل لطلب الراحة بالنسبة للرجل والمرأة على السواء، إلا أن مفهوم الراحة يختلف عند الاثنين فالراحة بالنسبة للرجل هي الابتعاد عن الصراعات والمنافسات في العمل وفي الأماكن العامة التي يرتادها وعدم حاجته إلى الدخول في مناقشات طويلة وعريضة أو ضرورة قيامه ببعض الأعمال والتي من خلالها يثبت للآخرين مقدرته وكفاءته وعبقريته وأهليته بالاحترام. وباختصار فإن الراحة بالنسبة له هي عدم الكلام أو على الأقل الحصول على حق عدم الكلام.

أما الراحة بالنسبة للمرأة فهي تعني أن البيت هو المكان الأمثل الذي تشعر فيه بالحرية في الكلام وعدم خوفها من ملاحظات الآخرين وتفسيرهم لما تقول لذلك نراها تتكلم كثيراً في أمور مهمة وغير مهمة. لنتصور معاً ذلك الموقف والذي يتكرر يومياً في حياتنا، رجل متعب قضى معظم وقته في الخارج ويود الحصول على قسط من الراحة ليستعيد بعضاً من نشاطه، وامرأة متعطشة للكلام كانت في انتظار عودته؟؟

المحادثة بين الرجل والمرأة:

من الأمور التي تسبب الكثير من المشاكل بين الرجل والمرأة هي عدم إمكان الرجل فهم المرأة وفهم قصدها في الكلام وإسلوب تفكيرها في الحياة. نعم، ففي كثير من الأحيان يسيء الرجل فهم المرأة ويتصرف تصرفاً يثير غرابة المرأة ويحيرها، والسبب هو سوء الفهم النابع من الجهل في اختلاف الجنسين.

لننظر إلى الحكاية التالية وهي من ملفات أحد الأساتذة الإخصائيين:

ذات يوم كانت الزوجة بشرى تفتش عن الاستمارة الخاصة بإشراك الأطفال في المعسكر الصيفي الذي تعدّه المدرسة كل عام، وأثناء البحث بدأت تفكر بالرسوم التي يتوجب دفعها فالمبلغ ليس باليسير. كان عليها أن ترد على المدرسة خلال يومين فقط، حيرة ولا تعرف الجواب على ذلك.

بعد ذلك وعند تسلمها البريد لاحظت فاتورة الماء والكهرباء وكان المبلغ كبيراً أيضاً، وهنا زاد قلقها وبدأت تفكر ثانيةً في مسألة إشراك الأطفال في المعسكر الصيفي.

عندما عاد زوجها ماجد من العمل كانت الزوجة بشرى في حالة انزعاج وقالت لزوجها (لقد وصلت اليوم فاتورة الماء والكهرباء والمبلغ كبير، لا أدري كيف ستتمكن من دفعه؟).

ردّ عليها الزوج ماجد قائلاً: (سنتدبر ذلك فأمامنا متسع من الوقت لدفع تلك الفاتورة).

ظنّ الزوج أن جوابه هذا سيريح الزوجة. كيف لا وقد حل المشكلة!... وكذلك ظن الزوج وبطريق الخطأ أن ما يزعج الزوجة بشرى هو فاتورة الماء والكهرباء فقط.

بعد قليل فتحت بشرى فمها ثانيةً وقالت: (بعد أيام قليلة سيتوجب علينا

دفع إيجار المنزل). وهنا استمرت الزوجة بشرى في كلامها وقلقها عن وضع الأسرة المالي.

هنا استاء الزوج ماجد ورد عليها بصوت يدل على ذلك الشعور: (لا تقلقي فلا يزال أمامنا متسع من الوقت).

أزعجت معاودة بشرى الشكوى الزوج ماجد وبدأ يشعر من خلال كلام الزوجة برائحة تهجّم عليه شخصياً، وهنا بدأ يفكر في داخله: (هل إنها منزعجة وغاضبة لإني إنسان مسرف أو لأن راتبي قليل ولا يكفي؟) عليها أن تنتبه إلى نفسها فمصاريفها لا تقلّ عن مصاريفي.

ما لم يعلمه الزوج هو أن الزوجة كانت تعبر عن قلقها حول الوضع المادي وذلك محاولة منها لإيجاد طريقة تمكنها من إرسال الأطفال إلى المعسكر الصيفي.

ما آلم الزوجة أثناء محادثتها مع زوجها هو قوله (لا تقلقي)، فما فهمته الزوجة من تلك الكلمة هو (ليس لك الحق في القلق) بينما ما عناه وقصده الزوج هو مجرد محاولة منه لتهدأتها وإزالة القلق عن بالها. هذه هي طريقة الرجال في حل المشاكل والشعور بالراحة. ما لم يعلمه الزوج هو أن أسلوبه هذا أسلوباً ناجحاً مع رجل آخر مثله أما مع المرأة فإنه أسلوب فاشل عقيم ويضيف مشكلة أخرى جديدة (سنرى سبب ذلك في مواضع أخرى من هذا الكتاب). وبعبارة أخرى فإن الزوج قد زاد الطين بلّة، فآخر ما كانت الزوجة تود سماعه هو ما قاله لها (لا تقلقي). فما سمعته الزوجة آنذاك هو قول الزوج لها (ليس لديك السبب الذي يدعو إلى القلق وعليه فإنك حمقاء وتافهة وغير جديرة بالاحترام).

شعرت الزوجة بأن زوجها كان سخيفاً وغير مهتم بمشاعرها ولا بمشاعر أي شخص آخر. حقيقة ما أرادته الزوجة هو تفهم زوجها لمشاعرها وقلقها إلا أن ما حصل هو عكس ذلك. شعرت أن زوجها كان يحاول الاستخفاف بها وبمشاعرها.

وبالرغم من كل ذلك الأذى الشعوري استمرت الزوجة في التعبير عن قلقها المادي وقالت: (أنت تعلم بأننا وعدنا الأطفال بأخذهم إلى حديقة الحيوانات وذلك يعني تكاليف مادية أخرى).

وبتضايق واضح رد عليها الزوج قائلاً: (أنا أعلم ذلك وستكون كل الأمور على خير ما يرام).

أساء الزوج فهم نبرات صوت زوجته الدالة على القلق، وبدأ يقول في داخله: (كيف تجرؤ على وصفي بالأب المقصّر بحق أبنائه فأنا دائم الوفاء بالوعد وخصوصاً بالنسبة للأولاد، هل إنها تحاول أن تقول بأني لا أحب الأولاد؟ هل إنها تحاول انتقادي؟ ما السبب الذي يدعوها لذكر كل هذه الأمور؟).

شعر الزوج بمهاجمة الزوجة ورفضها له ولكلامه. ما لم يعلمه الزوج هو أن الزوجة تعلم جيداً بأنه أب ممتاز وكل ما في الموضوع هو قلقها المادي. . . كانت تود أن يفهم الزوج ذلك.

استمرت الزوجة بالكلام عن الوضع المادي وقالت: (علينا أن ندفع فاتورة المستشفى الخاصة التي تعالجت فيها ابنتنا هناء).

زاد ضيق الزوج واستيائه ورد عليها قائلاً: (اسمعيني جيداً، لقد أخبرتك في السابق بأني سأحصل على مكافأة خاصة في العمل هذا الشهر إهدئي ولا تعطي الموضوع أكثر من أهميته). وهنا نود أن نوضح بأن سبب انزعاج الزوج هو شعوره بأن زوجته كانت تصفه بعدم المسؤولية وإنه إنسان لا يمكن الاعتماد عليه، وقد أخذ الموضوع بصورة شخصية.

بعد قليل ومن منطلق قلقها المادي قالت الزوجة: (لنفرض أنك لن تحصل على تلك المكافأة المالية، ما الذي سيحصل وقتها، كيف سنتدبر الموضوع؟).

ردّ عليها الزوج قائلاً: (يا سبحان الله، إنك إنسانة كثيرة القلق).

سكتت الزوجة على مضض وبعد قليل قالت: (لقد وعدت بزيارة والدك المريض، متى ستذهب؟).

وهنا انفجر الزوج قائلاً: (الله أكبر هل يمكن أن تسكتي وتتركيني وحدي؟).

شعر الزوج وكأنه واقفاً في المحكمة، في قفص الاتهام مواجهاً حاكماً جائراً، حاكماً لا يتوقف عن طرح الأسئلة الكثيرة التي يحاول من خلالها إدانته. لم يشعر في ذلك اللحظة بأي نوع من الحب من قبل زوجته. وبالرغم من كل ذلك فلم تتوقف الزوجة عن الكلام وإبداء قلقها المالي وقالت: (بعد شهرين سيحين موعد تسديد المبلغ الذي استلفناه من والدتي، كيف سنتمكن من ذلك؟).

انقلب الزوج إلى موقف المدافع ورد عليها: (لقد فكرت بذلك أيضاً، لا تهتمي فكل الأمور ستسير بصورة سليمة).

وهنا بدأ بالتمتمة قائلاً: (هل تظن أني غبي، بالطبع أني فكرت بكل ذلك).

وبعد كل هذه المناوشات الكلامية قالت الزوجة: (أتمنى أن نتمكن من إشراك الأطفال في المعسكر الصيفي هذه السنة. أعتقد أني ضيعت الاستمارة الخاصة بالتسجيل، هل رأيتها؟).

كانت حالة الزوج هي الغليان وعدم الرغبة في التحدث إليها إلا أنه رد عليها قائلاً: (إذا كانت حالتنا المالية بهذه الدرجة من التعاسة، فلم تفكري بصرف مبالغ أخرى جديدة؟!).

ما كانت نتيجة تلك المحادثة؟ جرح شعور الزوجة وتوقف الزوج عن الكلام إليها، ما كان من المفروض أن تكون محادثة بسيطة وعادية انقلبت إلى مشاحنات ومشكلة كبيرة.

لو علم الزوج أن زوجته كانت بحاجة للكلام فقط حول ذلك القلق كي تتمكن من الشعور بالراحة، لتمهّل في (تشخصيه للمشكلة ووضع الحل المناسب لها). حصل سوء الفهم ذلك بسبب اختلافهم السايكولوجي.

كيف كان المفروض أن يتصرف كل منهما، وخصوصاً الزوج، كي يتفادوا حصول مثل هذه المشكلة؟ لنقم بإعادة تلك الحادثة بأسلوب يراعي فيه كل من الزوجين سايكولوجية الطرف الآخر المختلفة.

تقول الزوجة: (لقد وصلت اليوم فاتورة الماء والكهرباء والمبلغ هذا الشهر كبير، لا أدري كيف سنتمكن من دفعه؟).

هنا يهز الزوج رأسه قائلاً: (هممم... لا شك أن المبلغ كبير)، ويبدأ هنا بالتفكير ويقول في داخله: (لا أردي إن كانت هذه هي المشكلة الحقيقية وراء هذه الشكوى التي تزعجها؟ بصورة عامة فإن ما تتشكى منه المرأة أولاً لا يكون السبب الحقيقي إنه مجرد إحماء وتسخين وتحضير لما يزعجها فعلاً، قد تكون في حاجة إلى المزيد من الكلام. سأقوم بالإصغاء ولن أقاطعها في الكلام).

بعد ذلك تقول الزوجة: (بعد أيام قليلة سيتوجب علينا دفع إيجار المنزل).

يهز الزوج رأسه ثانية دلالة على الموافقة ويقول: (آه أنت على حق). ويفكر في داخله: (أعتقد أنها تودّ التحدث عن وضعنا المالي. عليّ أن أتذكر عدم مقاطعتها أنا على ثقة بتمكني من مساعدتها ومساندتها وذلك بالتقليل من الكلام والتعليقات، عليّ أن أحاول فهم شعورها).

بعد ذلك تقول الزوجة: (أنت تعلم أننا وعدنا الأطفال بأخذهم إلى حديقة الحيوانات وذلك سيكلف بعض المال).

يهز الزوج مرة أخرى رأسه دلالة على التأييد ويقول: (نعم ذلك سيكلف بعض المال).

تعود الزوجة وتقول: (ما سيكون الموقف في حالة عدم حصولك على تلك المكافأة؟).

يرد الزوج قائلاً: (إن لم أحصل على تلك المكافأة... نحن في مشكلة). مع كل جواب يتذكر الرجل عدم تقليل أهمية قلقها، هذا شيء مهم جداً، ولو أن الزوج لم يلتزم قاعدة الاستماع وعدم المقاطعة لكان وبكل سهولة أن يقول لها: (أنت كثيرة القلق) أو إنه سيحاول تقديم النصائح والحلول، مثل قوله: (إن لم أحصل على المكافأة هذا الشهر فسأحصل عليها الشهر القادم ويمكن عندها دفع كل المستحقات المالية). لحسن الحظ فقد تعلم الزوج فن الإصغاء وعدم مقاطعة الزوجة أثناء كلامها وشكواها، وكذلك عدم تقليل أهمية ما يقلقه، بعد ذلك تقول الزوجة: (لا أدري إن كان بالإمكان إشراك الأطفال في معسكر المدرسة الصيفي هذه السنة، أعتقد أني ضيعت الاستمارة الخاصة بذلك، هل رأيتها؟).

وهنا يرد الزوج قائلاً: (همم، كلا لم أرها).

وهنا تسأل الزوجة: (ما رأيك هل نرسل الأطفال إلى المعسكر الصيفي هذه السنة أم ننتظر إلى السنة القادمة؟).

يرد الزوج قائلاً: (أنا لست متأكداً، ربما الأفضل الانتظار حتى أستلم المكافأة حيث أن ذلك أضمن). يحاول الزوج هنا الكلام بأسلوب لا يدل على رأي قاطع. (حقيقة ما يجول في رأس الزوج هي أن هذا الموضوع لا يحتاج إلى كل هذا النقاش الطويل العريض حيث أن التكاليف يسيرة ومقدور عليها وليس هناك فرق كبير في إشراكهم الآن أو الانتظار لحين تسلّم المكافأة).

وهنا تهدأ الزوجة وتقول: (كلامك معقول وتتقرب من زوجها وتشكره على إصغائه وتفهمه).

ونتيجة لذلك يشعر الزوج بالانتعاش والفرحة ويحمد الله تعالى على النتائج.

نرى في الحكاية السابقة كيفية تعلم سر تطوير المحادثة مع زوجته، ألا وهو فن الإصغاء وعدم المقاطعة وعدم محاولة التقليل أو التهوين من مشاعر الزوجة وكذلك عدم مقاطعتها أثناء كلامها.

الإصغاء فن كباقي الفنون ويحتاج إلى بعض الوقت لتعلّمه واتقانه، مثله مثل تعلم الكلام عند الطفولة، المسألة تحتاج إلى بعض الوقت.

سوء فهم الرجل للمرأة ليس هو المجال الوحيد الذي يؤدي إلى مشاكل، فللمرأة نصيب أيضاً في ذلك إذ عدم فهمها الحقيقي للرجل ولنفسيته وطريقة أسلوبه الخاص في التفكير والتعامل مع الأشياء كل ذلك وكما سنرى يؤدي إلى مشاكل أخرى. فمثلما يقوم الرجل وبكل حسن نية وبراءة بإزعاج المرأة وذلك من خلال محاولاته للإصلاح أو تقديم النصائح المجانية التي لم تطلبها منه المرأة، فالمرأة أيضاً تسبب الكثير من الإزعاج للرجل ولكن بأساليب أخرى منها محاولاتها المستمرة في تحسين وتطوير الرجل.

عندما يبدأ الرجل بالكلام ويبدأ بذكر بعض المشاكل التي تواجهه فكلما يحتاجه الأمر إلى دفع الرجل إلى زاوية الصمت هو تعليق خاطىء من قبل المرأة، نعم تعليق خاطىء، لا تشعر المرأة وقتها بذلك الخطأ، وعندما تلاحظ صمت الرجل تستغرب وتندهش، لا تعلم المرأة بأن أية محاولة من جانبها لمساعدة الرجل أو تحسينه تعتبر بمثابة مهاجة للرجل ولذاته.

لنحاول تقريب الصورة المذكورة وذلك من خلال الأمثلة العملية التالية:

١ ـ سعاد وزوجها داود:

أصابت داود حالة من القلق وذلك بعدما لاحظ أنه صرف الكثير من المال على عملية الترميم التي يقوم بها في منزله. وها هو يحاول إيجاد طريقة لسداد ديونه التي ستستحق قريباً.

بعد انتهاء العمل وعودته للمنزل يقول لزوجته سعاد بصوت يدل

على الاندحار والهزيمة: (لا أدري كيف سأتمكن من تسديد الديون المستحقة؟).

ترد عليه الزوجة قائلة: (منذ البداية لاحظت بأننا صرفنا الكثير من المال في ذلك الترميم. لقد نبهتك لذلك).

هنا يسكت داود ويلتزم جانب الصمت، بينما تشعر سعاد بالأسى على الموقف الذي هم فيه ولكنها في نفس الوقت تحتار لصمت داود. لا تدري أنها آلمته كثيراً وجرحت شعوره وذلك من خلال الانتقاد الذي وجهته أثناء كلامها.

توقيت وأسلوب الانتقاد كانا على خطأ وذلك مما سبب جرح مشاعر الزوج. فلو أن ما قالته الزوجة كان في وقت لم يكن فيه الزوج شاعراً بالاندحار والهزيمة لكان من الممكن أن يأخذ كلامها على إنه نقد بنّاء وليس انتقاد وتعنيف. كان من الممكن له أن يعترف بخطئه ويقول: (أنت على حق كان المفروض أن أفكر قبل القيام بصرف تلك المبالغ). إلا أن شعور الزوج بالهزيمة واستيائه لذلك دفعه إلى الاعتقاد بأن الزوجة تحاول أن تعلمه درساً في الحياة وفي تحمل المسؤولية وحسن التدبير والتصرف.

في تلك اللحظة كانت ردة فعل الزوج الداخلية (لا أكاد أصدق ما تقوله سعاد، هل تعتقد بأني غبي؟ هل تعتقد بأني لم أدرك مسألة الإسراف في عملية ترميم المنزل؟ كيف تتجرّأ وتصفني بالمسرف الغبي؟!... ألا تعلم أن الناس أحياناً يكثرون في مصاريفهم في عملية ترميم بيوتهم؟ هل إن ذلك جريمة؟ طريقتها هذه في التعامل تزعجني كثيراً وخصوصاً عندما تعاملني معاملة الأطفال وتحاول تصحيح أخطائي وإعطائي دروساً في الحياة. هذه هي المرة الأخيرة التي أشاركها ما يضايقني، لن أتكلم معها في مثل هذه المواضيع أبداً، ألا يمكنها فقط الاستماع إليّ ومحاولة مؤازرتي؟ كلما وجدت فرصة سانحة لمهاجمتي تقوم باستغلالها ولا

تتوانى عن مهاجمتي.

هذه هي طبيعة الرجال، فقد يلجأون إلى جانب الصمت بسبب انتقاد لاذع من قبل المرأة.

٢ ـ **ندى وزوجها ناصر:**

ناصر رجل أعمال ناجح ولديه شركة كبيرة، ذات يوم عاد من العمل متضايقاً وعلى وجهه علامات تدل على عدم الارتياح.

دخل المنزل وبعد قليل قالت الزوجة: (ما الحكاية يا أبا زيد؟).

ردّ عليها بصوت يدل على الضيق والتألم وقال: (مبيعات الشركة لهذا الشهر قليلة وهذا يؤثر على الدخل الشهري بالنسبة للمنزل أيضاً).

وهنا ردّت عليه الزوجة قائلة: (لا بأس فكل الأعمال التجارية تمر بمثل ذلك، فتارة تكون المبيعات عالية وممتازة وتارة أخرى تكون منخفضة. أعتقد أنه كان من المفروض أن نخطط ونضع في الحسبان أياماً مثل التي نمر فيها حالياً).

هنا تقوقع ناصر وتوقف عن الكلام وانطوى على نفسه وبدأ شعور الغضب عنده، وبدأ يقول في داخله: (أنا لم أطلب منها أية نصيحة، لا أطيق تصرفها هذا وخصوصاً عندما تبدأ بإلقاء محاضرة في فن الأعمال والتجارة. هل تتصور أني غبي؟ أنا أعلم جيداً أن الحياة التجارية تمر بمراحل مختلفة.

ما أراده ناصر من زوجته هو الاستماع إليه وعدم تقديم نصائح مجانية ومعلومات لا قيمة لها ولا تساعد بأي حال من الأحوال على حل المعضلة. كان يريد منها المساندة والمؤازرة (طبعاً على طريقة الرجال) أي تعليق أو نصيحة يمكن أن يكون لهما مساوىء تؤثر على نفسية الرجل تأثيراً سلبياً.

قد يظن البعض أن جواب ندى كان معقولاً وسلساً وليس فيه أي تجريح أو انتقاص من زوجها ناصر وبالتالي فإن ردة فعل ناصر كانت خاطئة وغير طبيعية.

والجواب على ذلك هو أن هذا التصور غير صحيح إذ أن أية نصيحة من قبل المرأة في مثل هذا الموقف تدل على الانتقاص من الرجل ومن ذكائه وتقود إلى ردة فعل معاكسة سلبية. كان يمكن للزوجة أن تقول: (لا تهتم فأنت رجل أعمال ناجح وتعلم جيداً أن التجارة لا تستقر على حال واحد، أيام حلوة وأيام مرة. أنا على يقين أن التجارة تسري في عروقك كسريان الدم وثقتي بك عالية جداً ولا حدود لها وأعلم جيداً أنك ستجد الطريقة المناسبة للتغلّب على تلك المشكلة. وإذا كان أي شيء أستطيع عمله للمساهمة فأرجوك أن تخبرني بذلك. أنا على أتم الاستعداد للمشاركة والوقوف إلى جانبك فأنت زوجي وحبيبي).

ما أحلى هذه الإجابة وما أعذبها. تصور عزيزي القارىء وقع ذلك على مسامع الرجل المتذمر؟ التشجيع بدل النصيحة.

٣ ـ أياد وزوجته هيفاء:

يعود الزوج أياد إلى البيت وهو في حالة صمت وهدوء ويبدو عليه القلق والاضطراب. تلاحظ الزوجة هيفاء ذلك وتقرر مساعدته في إخراج زوجها من حالته النفسية تلك.

تقول الزوجة: (ماذا دهاك؟ ما الأمر؟).

يرد عليها الزوج قائلاً: (آه... لا شيء، المشكلة هي سكرتيرتي في العمل فهي لا تقوم بما أطلبه منها، لا تستمع إلى ما أقول).

تتفهم الزوجة استياء زوجها إلا أنها في نفس الوقت تتفهم أيضاً استياء السكرتيرة، فالزوجة تعتقد بأن الأمور ستتحسن لو أن زوجها حاول الانتباه إلى السكرتيرة وفهم ما يضايقها وبالتالي الوقوف على حقيقة

الموقف. ذلك الموقف الذي يدفعها إلى عدم تلبية طلباته الوظيفية. هذا ما أشارت به الزوجة وطلبت.

(هنا نقول: لا شك أن هيفاء على حق في تفكيرها هذا إلا أن الوقت لا يسمح لمثل هذا الكلام، من الخطأ أن تقول الزوجة رأيها هذا لزوجها وهو في مثل هذه الحالة، كل ما يحتاجه الزوج في مثل هذه المواقف هو مساندة الزوجة له ومؤازرته، يحتاج إلى تعاطفها ووقوفها إلى جانبه).

قالت الزوجة: (أراهن لو أنك أخذت بعض الوقت وحاولت الإصغاء إلى السكرتيرة فستكون لذلك نتائج إيجابية. لا شك أنك قليل الكلام إليها، حاول أن تفاتحها بالموضوع وتناقش معها).

هنا تنتاب الزوج حالة نفسية جديدة، في البداية أصابته دهشة كبيرة بعد تلك الدهشة انتابه غضب شديد وبعد ذلك التزم جانب الصمت المطبق. شعر داخلياً بخيانة، نعم فقد خانته زوجته وذلك بتعاطفها ووقوفها إلى جانب السكرتيرة، كيف تجرؤ على ذلك التحيز؟ تعتقد زوجتي بأني أساس المشكلة؟ تعتقد زوجتي بأني قليل الكلام؟ أنا أتكلم مع السكرتيرة إلا أن المصيبة هي أن السكرتيرة لا تستمع لما أقول. يا إلهي كان غضبي بسبب تصرف السكرتيرة في العمل والآن ازداد غضبي وارتفع ضغط دمي بسبب تصرف زوجتي.

حاولت الزوجة مساعدة زوجها على التوسع في التفهم، إلا أنها وبدون أي قصد أساءت وجرحت كبرياءه.

٤ ـ ماهر وزوجته سارة:

ذات يوم قرر الزوج ماهر أخذ زوجته سارة إلى أحد مطاعم الدرجة الأولى وذلك من باب حسن المعاملة وتقوية الرابطة الزوجية، وعند وصولهما المطعم اضطرا إلى انتظار طالت مدته لحوالي (٤٥) دقيقة حيث كان المطعم مزدحماً، أثناء ذلك الانتظار كان الزوج مستاء وبدأت عليه

بوادر التضايق، حاول عدة مرات الحصول على طاولة إلا أن محاولاته باءت بالفشل، وما زاد من استيائه وغضبه هو وصول أناس آخرين بعده حصلوا على طاولات وقدمت لهم الخدمة. السبب في ذلك هو حجز هؤلاء الناس المسبق.

وبينما هم في الانتظار قالت الزوجة سارة عبارة لم يودّ الزوج سماعها آنذاك. ففي الانتظار وبينما كان الزوج ماهر يغلي في داخله قالت الزوجة: (هل تعتقد أننا كنا سننتظر كل هذه الفترة لو أننا قمنا بالحجز المسبق؟).

اشتد ماهر غضباً وبدأ الشرر يتطاير من عينيه وبقي ساكتاً لفترة وبعدها وبتمتمه قال: (كلا).

كل غضب ماهر الذي كان في داخله بسبب المطعم والانتظار تغير مجراه، إنصبّ على رأس الزوجة. والسبب هو جملتها تلك التي قالتها. هنا بدأ الزوج يفكر ويقول في داخله: (ما هذا الكلام الغبي الذي قالته؟ أنا لا أصدق أذنيّ، إذا كانت صاحبتنا فعلاً بمثل ذلك الذكاء، يمكن لها في المستقبل أن تقوم بالحجز المسبق، أنا أكره مثل هذه الانتقادات التي ترفع عندي ضغط الدم هل تعتقد بأني لم أدرك غلطتي في عدم الحجز المسبق؟! تتصرف وكأن واجبي يحتم عليّ أن أتذكر كل شيء، الكلام معها مضيعة للوقت وحرق أعصاب).

ما أراد الزوج حقيقة في تلك اللحظات هو وقوف زوجته إلى جانبه وليس استغلالها الفرصة لمحاولة إصلاحه وذلك عن طريق الانتقاد. كل ما أراده منها الزوج هو موافقته على أن الخدمة بطيئة وسيئة. أما الزوجة سارة فجملتها التي قالتها كانت من منطلق حسن النية، كل ما أرادته هو كان هناك طريقة يمكن أن تجنّبهم كل هذه المعاناة ألا وهي الحجز المسبق.

هناك مسألة أخرى تسبب المشاكل فعندما تشترك المرأة في حديث ما فإنها تسمع كلام الآخرين وتفهمه من منطلق التواصل والإلفة والمحبة، هذا هو أسلوبها

وفهمها وتعاملها الفطري مع المجتمع ومع مجريات الحياة بصورة عامة.

أما عندما يشترك الرجل في حديث ما فإنه يسمع كلام الآخرين ويفهمه من منطلق المرتبة والهرمية، إذ أن ذلك هو أسلوبه وفهمه وتعامله الفطري مع المجتمع ومع مجريات الحياة بصورة عامة.

وبناء على ذلك المفهومان المتغايران فإن الحوار بين الرجل والمرأة يدخل في متاهات وسوء فهم وكل منهما يفهم الأمور بطريقة مختلفة عن الآخر. (سنوضح ذلك في فصل آخر).

هناك من يقول أن الرجل والمرأة قد جاءا من عالمين مختلفين، هذا القول وللوهلة الأولى قد يبدو غريباً وغير مقبولاً إذ أن الأخوة والأخوات قد نشأوا وترعرعوا في نفس البيت.

هذا صحيح، ولكن عندما كبر هؤلاء الأطفال نرى الذكور اختلفت مفاهيمهم وأساليبهم في الحياة عن الإناث، فما السبب في ذلك التغير وكيف ومتى حصل؟.

تبدأ من الصغر:

ينشأ الأولاد والبنات في عوالم كلمات وجمل مختلفة حتى لو أنهم تربوا في نفس البيت ونفس الشارع أو الحي ويتعلم الأطفال بصورة عامة أسلوب الكلام والمحادثة من والديهما ومن الناس الآخرين المحيطين بهم.

تظهر الدراسات أن الأطفال من الذكور والإناث يتحدثون بطرق مختلفة إلى أصدقائهم ويفضلون اللعب مع أبناء جنسهم، وإن اختياراتهم للألعاب مختلفة، ومن ثم فإن اللغة المستعملة تكون مختلفة.

يفضل الأولاد اللعب في الخارج، وفي لعبهم عادة ما يكونون مجموعات كبيرة يكون الأولاد فيها متساوون في المنزلة ويكون هناك رئيس يقوم بدور القيادة في اللعب. هذا الدور للرئيس هو بمثابة إعطائه منزلة عليا اتفق عليها

جميع الأطفال، ولغة اللعب هي أشبه ما تكون «أوامر».

وفي ألعابهم غالباً ما ترى وجود (غالب ومغلوب)، وألعابهم هذه غالباً ما تتسم بطابع (الجدل والنقاش).

أما بالنسبة للبنات فإن طريقة لعبهن تختلف عن الأولاد، فنراهن يفضلن اللعب بشكل مجموعات صغيرة أو حتى اثنتان اثنتان فقط، ويكون عند الطفلة ما يسمى «أفضل صديقة».

في ألعاب البنات لا يكون هناك (غالب أو مغلوب) ولا يكون هناك من يقوم بدور الرئيس مثلما عند الأولاد. وكذلك فإن ألعاب البنات تتميز بإعطاء كل بنت دور في اللعب، وتكون لغة اللعب خالية من الأوامر، وتعبّر البنات عن آرائهن ورغباتهن بشكل «اقتراحات».

يقول الولد: أعطني هذا. أو: أخرج من الملعب. بينما تقول البنت: دعونا نفعل ذلك. أو: ما رأيكن أن نفعل كذا. وفي لعب البنات نراهنَّ يجلسن ويتحدثن مع بعضهن البعض ولا يحاولن الحصول على المنزلة العليا، إذ أنهن يشعرن أنهن سواء.

هذه نبذة مختصرة عن التصرفات التي يقوم بها الأطفال في ألعابهم وتصرفاتهم أثناء ذلك، وقد قام عدد كبير من المختصين وعلماء النفس بدراسات طويلة استمرت سنوات عديدة للتعرف على نفسية الأطفال الذكور والإناث منذ الطفولة وأثناء النشأة وتأثير ذلك على تكوينهم الشخصي وعلى تصرفاتهم عند الكبر. وقد ألّفت كتباً عديدة في هذا المجال وهي محط أنظار معظم الأباء والأمهات.

ومن البديهي فإن التعمق في تلك الدراسات ومحاولة شرحها يحتاج إلى كتاب خاص ولا يمكننا إعطاء ذلك الموضوع قدره هنا إذ أننا بصدد الكلام عن سايكولوجية المرأة والرجل ومشاكلهما الناتجة عن الاختلافات الطبيعية بينهما.

الفصــل الثانــي

الإصــلاح والتطــويـر

الإصلاح عند الرجل والتطوير عند المرأة

للرجال مشاكلهم الخاصة بهم وكذلك النساء، فإن لهن مشاكلهن الخاصة بهن، وغالباً ما تكون طرق معالجة تلك المشاكل مختلفة عند الإثنين. فالرجل له طريقته الخاصة وكذلك المرأة والحقيقة فإنه غالباً ما يختلف الإثنان في تلك الطرق، فلا الرجل تعجبه طريقة المرأة ولا المرأة تعجبها طريقة الرجل.

الرجل وبطبيعة فهمه وتعامله مع المجتمع والأحداث، فإنه ينظر دائماً إلى الأمور على إنها «إما صح أو خطأ»، ولذلك فإن أية شكوى يسمعها من قبل أي شخص آخر فما يفهمه هو أن هناك مشكلة «أمر غير صحيح». وكما ذكرنا فإن مجتمع الرجل هو مجتمعاً هرمياً وإن المقامات فيه مختلفة «أما في الأعلى أو في الأسفل»، وبما أنه يفضّل أن يكون دائماً في الأعلى، لذلك عند سماعه تلك الشكوى نراه يهب مسارعاً إلى معالجتها وبإسلوبه الخاص، وغالباً ما تكون بتقديم النصائح». هذا هو الأسلوب الأمثل بالنسبة للرجل.

أما المرأة وكما ذكرنا سابقاً فإن أسلوب تعاملها مع المجتمع والأحداث

المحيطة بها مبني على الود والمحبة والتفهم، ولذلك فعندما تكون عندها مشكلة وتبدأ بالكلام عنها وتبدي تذمرها فإن ما تريده وقتها غير ما يفهمه الرجل تماماً.

فعندما تشتكي المرأة من موضوع ما، يبدأ الرجل بتقديم النصائح والحلول لذلك الموضوع وهنا نرى ردة فعل المرأة والتي تثير الحيرة والاستغراب عند الرجل ولا يستطيع فهمها أبداً. ردة فعل المرأة وقتها هي الاستياء من موقف الرجل ومن نصائحه، وإذا استمر الرجل وأصر على تقديم النصائح، فنرى المرأة وقتها تزداد غضباً وقد تترك المكان.

وبما إن الرجل عادة ما يعتبر نفسه «صاحب الحلول» فإن أية مشكلة بالنسبة له هي تحدّ لقدراته العقلية والجسدية، لذلك عليه أن يثبت وقتها إنه هو «البطل الهمام» وإنه دائماً في أعلى الهرم.

وقبل الخوض في هذا الموضوع وتفصيلاته، لنتأمل في المثال التالي وننظر إلى إجابة كل من الرجل والمرأة.

في مقابلة إذاعية أجرتها إحدى الإذاعات مع رمزي وزوجته سهير بثت على الهواء، سأل المذيع الزوجين عن وضعهم في تربية ابنهم المتخلف عقلياً عادل، وهل أن ذلك يعتبر مشكلة كبيرة بالنسبة لهما؟.

كلا الزوجين أجاب بالنفي، ولكن طريقة الإجابة كانت مختلفة وكل منهما عبر عن رأيه بطريقته الخاصة والتي تختلف عن طريقة الآخر. فالزوجة حولت المشكلة إلى شكل آخر عندما قالت: إن الضحية والمعاني الحقيقي هو ابننا عادل.

أما الزوج فكان جوابه: الحياة مليئة بالمشاكل وهذه مشكلة أخرى يتعين علينا معالجتها.

عدم إصغاء الرجل للمرأة:

أكثر المشاكل شيوعاً عند النساء هي عدم إصغاء الرجال لهن. فالرجل إما أن يتجاهل المرأة تماماً عندما تكلمه في موضوع ما أو مشكلة ما، أو إنه يسمع جزءاً قليلاً مما تقوله المرأة وبعد ذلك تخرج من فمه «الحكمة العظيمة والموعظة الحسنة» وتلك هي وبدون أدنى شك ـ حسب تفكيره ـ «العلاج الناجع لمشكلة المرأة»، ويبدأ بطرح الحلول وتوضيح الأسلوب الأمثل لمعالجة الموقف أو المشكلة.

يجن جنون الرجل عندما يلاحظ تذمّر المرأة وانزعاجها لكلامه وتبدو عليه علامات الحيرة والاستغراب، لم لا تأخذ بنصيحته؟ لماذا تشتكي وتتأوه؟ ما الذي تريده؟!.

تحصل مواقف مثل هذه يومياً في حياتنا، ما الذي تريده المرأة من الرجل عندما تشتكي من موضوع ما؟ هل إن المشكلة عويصة واستعصت عليها وإنها تطلب من الرجل المساعدة في حلها؟!.

الحقيقة هي أن المرأة لا تريد وقتها أي حل للمشكلة، ولا تطلب من الرجل تقديم أية مساعدة، فكل ما تريده المرأة هو الاستماع والمشاركة الوجدانية من قبل الرجل الذي تحب، هذا كل ما تريده المرأة.

وعندما لا تسمع المرأة عبارات المواساة والتي هي بمثابة إعادة الصلة والوئام بالنسبة لها، وإن كل ما تسمعه ضد ذلك، فإنها لا تشعر بالغيض والاشمئزاز فقط بل إن وعظ الرجل لها آنذاك يجعلها تشعر بالبعد عن ذلك الرجل، إذ إن جواب الرجل كأنما يقول: «أنت صاحبة مشاكل وأنا صاحب حلول».

دخلت سميرة المستشفى لإجراء عملية جراحية وبعد أن نجحت العملية وخرجت من المستشفى، بدت عليها علامات المضايقة والانزعاج وذلك نتيجة للآثار والتشوهات التي تركتها العملية على جسمها، وعندما ذكرت شعورها

ذلك لصديقتها هيام، قالت هيام: أنا أعلم شعورك هذا إذ أني شعرت بنفس الشيء عندما أجريت لي عملية جراحية قبل سنتين. ولكن عندما ذكرت سميرة شعورها ذلك لزوجها راشد، فإن الجواب كان مختلفاً تماماً إذ أن رده كان: الأمر بمنتهى البساطة ولا تهتمي لذلك، يمكنك أن تجري عملية تجميل وتتخلصي من كل تلك الآثار والتشوهات، المسألة بسيطة وعلاجها يسير.

جواب الصديقة هيام بعث الراحة والهدوء في نفس سميرة المتألمة، أما جواب الزوج راشد فإنه زاد من الهمّ والغم في نفس المسكينة سميرة وذلك لسببين، أولهما إنها شعرت أن راشد لم يفهم شعورها الحقيقي بالهم والغم، وثانيهما إنه جاء «بالحل» ألا وهو مطالبتها بإجراء عملية جراحية أخرى!!.

فما كانت ردة فعل الزوجة سميرة؟ عندما لاحظت سميرة أن زوجها لم يعر أي اهتمام لشعورها ذلك، وإنه يطالبها بإجراء عملية جراحية أخرى، عندها غضبت وقالت: أنا آسفة إذ إني غير مستعدة لأية عملية جراحية أخرى. وأنا أسفة أيضاً إذا كان المظهر الجديد لا يعجبك. استغرب الزوج راشد لردة فعل زوجته سميرة ولما قالته، لم هذا الغضب فكل ما كان يحاول فعله هو تهدأتها وبث الطمأنينة في قلبها ومواساتها وذلك بإخبارها بأن هناك حلاً للمشكلة. وطبعاً فإن جوابها ذلك كان جواباً قاسياً وجارحاً لشعوره ومثيراً لغضبه. عندها قال: أنت التي تطرقتي إلى موضوع التشوهات والآثار التي تركتها العملية الجراحية وأنت التي كنت مستاءة لذلك، ما الذي تريدينه مني ولماذا هذه الشكوى إذن؟!.

أما أكثر المشاكل شيوعاً عند الرجال فهي أن النساء يحولن تغييرهم، وطبعاً فإن ذلك التصرف من قبل النساء لا يرحب به الرجال ولا يحبونه إطلاقاً.

الحقيقة هي عندما تحب المرأة الرجل عندها تشعر بمسؤولية «المعاونة والمساندة» للرجل وتحاول مساعدته ومساندته في مجابهة الحياة وكذلك تحاول

تطوير مستوى المعيشة، وعندها تقوم المرأة بتشكيل «لجنة تطوير» في رأسها ويصبح الرجل مركز اهتمامها.

تبدأ المرأة عملها الجديد بكل دأب ولا تيأس وتستمر في مهمتها هذه «المساندة والتطوير» أملاً أن يتجاوب الرجل معها ومع مساعيها الحثيثة.

نرى المرأة تستمر في ذلك أملاً في رفع شأن الرجل والعائلة معاً، ويستمر الرجل في الرفض والمقاومة، فبالنسبة للرجل (فإن المرأة تحاول أن تسيطر عليه).

يمكن حل هاتين المشكلتين العويصتين والتخلص من كل المشاكل والآلام الناتجة عنهما وذلك لو تذكرنا السبب الحقيقي الذي يدفع الرجل إلى تقديم النصائح عندما تشتكي المرأة وكذلك السبب الحقيقي الذي يدفع المرأة إلى محاولة «تغيير الرجل» والذي يثير غضب الرجل. فالرجل يفكر ويتعامل مع الحوادث اليومية من منطلق المنافسة والتحدي والمكاسب. وإن أكثر ما يسعد الرجل هو شعوره بالنصر وتحقيق الأهداف وإثبات قدرته على القيام بالمهام الصعبة وبدون أية نصيحة أو مشورة، لذلك نرى الرجل يرفض **الانتقاد والتصحيح أو حتى إبداء الرأي من قبل المرأة**، فهو رجل ويستطيع التغلب على أية مصاعب وبدون أية نصائح.

وبما أن الرجل يتعامل مع المشاكل من هذا المنطلق والمفهوم، فإن الرجل نادراً ما يتكلم عن مشاكله ويحاول التعامل معها بصمت. أما إذا استعصت عنده المشكلة وشعر أنها خارجة عن نطاق تخصصه وإنه يحتاج إلى خبرة شخص آخر فنراه يلجأ إلى شخص يثق به وبخبرته. وبعد أن يستمع ذلك الشخص للمشكلة يقوم بإبداء الرأي وتقديم النصيحة.

لذلك فعندما تشتكي المرأة من مشكلة ما، نرى الرجل يهب لتقديم النصيحة والحل وذلك ظناً منه إنه مخلوق لحل المشاكل وإن عمله هذا نوع من التعبير عن حبه للمرأة. بينما تستاء المرأة من ذلك التصرف وترفض الاستماع له.

على الرجل أن يعلم إن المرأة عندما تشتكي من أمر ما فإنها لا تريد أبداً أي حل في تلك اللحظة وإن كل ما تريده من الرجل هو الإحساس والمشاركة العاطفية وإن ذلك التصرف من الرجل يريحها ويجعلها تشعر بالقرب منه أكثر وأكثر. وإن إبداء النصائح والحلول يغضبها ويجعلها تشعر بالبعد عنه ولا تطيق مجلسه.

اهتمامات الرجل والمرأة:

للمرأة اهتمامات وقيم في الحياة تختلف عن اهتمامات وقيم الرجل. تهتم المرأة بالحب والحوار والجمال والعلاقات الاجتماعية، فنرى النساء يقضين وقتاً طويلاً لمساندة ومساعدة بعضهن البعض إذ إن المرأة وبطبيعتها ترى كيانها من خلال المشاركة في الحياة.

يقضي الرجال وقتاً طويلاً في الكفاح في الحياة بينما همّ المرأة هو التعايش بسلام في محيط ملؤه الحب والتعاون والمساندة.

بالنسبة للمرأة فإن جانب العلاقات الاجتماعية أهم من جانب التكنولوجيا ومعترك الحياة. لنضع في الحسبان (**إن أولويات النساء هي نقيض أولويات الرجال**).

الحوار بالنسبة للمرأة هو شيء أساسي وإنه أكثر أهمية من تحقيق هدف ما أو النجاح في موضوع ما. الحوار المستمر يشبع رغبة المرأة.

هذه النقطة حساسة جداً ومهمة بالنسبة للرجل وعليه أن يتذكرها دائماً إذ إن الرجل وبطبيعته لا يستطيع أن يفهم أو يهتم بهذه النقطة، فإشباع الرغبة عند الرجل هي شعوره بالنجاح في جانب من جوانب الحياة، كإصلاح شيء ما في المنزل أو تحقيق نجاح في العمل. يميل الرجل وبطبيعته إلى الكفاح وتحقيق الأهداف، بينما تميل المرأة وبطبيعتها إلى تطوير العلاقات وتعميم الحب.

عندما يذهب الرجل إلى المطعم مع أصدقائه، فإنهم غالباً ما ينخرطون في

الحديث عن مشكلة ما ويحاولون إيجاد الحل المناسب لها «قد تكون مشكلة سياسية أو اجتماعية أو مالية أو حتى رياضية».

ولكن المرأة عند ذهابها إلى المطعم مع صديقاتها فإنها تجد الفرصة لتوطيد العلاقة وكذلك تحاول النساء آنذاك مساندة بعضهما البعض.

عالم الرجال مليء بالمشاكل والمصاعب والأهداف وعليهم أن يجدّوا ويكافحوا لأجل تحقيق تلك الأهداف المثلى والبقاء على قيد الحياة. بينما عالم النساء مليء بالعلاقات الاجتماعية والحب المتبادل والعواطف الجياشة والاهتمام والرعاية، لذلك تربّت عند النساء حاسة (توقع احتياج الآخرين للمساعدة) وعليه فإن المرأة توفر مساعدتها لمثيلتها وبدون سؤال الأخرى لها. عرض المساعدة عند النساء لا يدل على المرتبة العليا، وكذلك فإن طلب المساعدة لا يدل على أي ضعف أو تدني المرتبة، عرض تقديم مساعدة ما للمرأة يجعلها تشعر بأنها محبوبة بينما في عالم الرجال فإن التطوع في تقديم المساعدة يعتبر أمراً غير مقبولاً وقد يفسّر أحياناً على أنه نوع من الإهانة، إذ إن ذلك يجعل الرجل يشعر أحياناً أن الآخرين غير واثقين من مقدرته ولذلك فإنهم يحاولون مساعدته.

تؤمن النساء بفكرة المشاورة وتقديم الاقتراح وذلك دلالة على الاهتمام والرعاية، وكذلك تؤمن النساء بالتطوير المستمر. فإذا كان هناك شيء ما في حالة صالحة فإن المرأة تفكر بالتغيير والتطوير والتحسين في ذلك الشيء. وعندما تحب المرأة أي شيء فإنها تصرّح بما تفكر وما تقترح من تطوير وتغيير في ذلك الشيء، وكل ذلك نابع من منطلق الحب والاهتمام.

في هذا المجال فإن الرجل يختلف تماماً عن المرأة، فهو كما ذكرنا «صاحب الحلول» وشعار الرجل في الحياة هو (إذا كان هناك شيء ما يعمل بصورة منتظمة فدعه وشأنه ولا تعبث به) دعه يعمل ولا تصلح الشيء إلا إذا عطل وتوقف عن العمل.

ولذلك فعندما تحاول المرأة أن تغيّر من مظهر الرجل والذي يعتبر بالنسبة لها تطوير، فإن الرجل يغتاظ ويتألم ويرفض ذلك إذ ما يفهمه هو أن المرأة تشعر بأنه (عاطل ويحتاج إلى إصلاح) حيث إنه ينظر للمسألة من وجهة نظره، ولا يمكن له أن ينظر للمسألة من وجهة نظر المرأة ألا وهي أن المسألة عبارة عن محاولة تطوير وليست إصلاح. ما الذي يحصل في مثل هذا الموقف؟ الكل يعلم النتيجة، احتجاج الرجل الشديد وغضبه وكذلك زعل المرأة. هدفها هو التطوير النابع من منطلق الحب والاهتمام. ما فهمه الرجل هو عكس ذلك، رأت فيه عيباً وتحاول إصلاحه، يا سبحان الله فما أكثر من تكرر مثل هذه المواقف في حياتنا!!.

كان أحمد يسوق السيارة وتجلس إلى جانبه زوجته التي يحبها هدى وهما في طريقهما إلى حضور حفلة نظمها أحد الأصدقاء في الطرف الآخر من المدينة، وعند وصولهما إلى المنطقة، بدى على أحمد عدم معرفته العنوان بالضبط وظل يلف ويدور في شوارع المنطقة أملاً في الاهتداء إلى مكان الحفلة. ظل يلف ويدور بدون أي يأس أو استسلام. وبعد فترة تكلمت الزوجة هدى وأشارت عليه أن يوقف السيارة ويقوم بالسؤال عن المكان بدلاً من اللف والدوران والذي لم ينتج عنه أية فائدة. سكت أحمد وتوقف عن الكلام لفترة وهنا بدت عليه علامات الانزعاج جراء ما اقترحته الزوجة الحبيبة، ولكنه لم يتوقف عن السواقة وظل يلف ويدور في نفس المنطقة إلى أن عثر على المكان المطلوب. وعندها ترجّلا من السيارة ودخلا المكان.

كانت بوادر الانزعاج واضحة على وجه أحمد طوال فترة مكوثهما في الحفلة، وكان قليل الكلام وضيّق الخلق، بينما كانت الزوجة هدى في حالة استغراب واندهاش من جراء تصرف زوجها وظهوره بذلك المظهر المزري.

فالمسألة بالنسبة لها فإن تصرفها داخل السيارة والإشارة على زوجها بتوقف السيارة وسؤال أحد المارة عن العنوان كان كإنما تقول: «بما إني

زوجتك التي تحبك وتهتم بك فها أني أعرض عليك فكرتي التي تساعد على التخلص من الضياع وعدم معرفة العنوان فعند عدم معرفة المكان بالضبط يجدر سؤال شخص ما قد يكون عارفاً للمكان وسيهدينا إليه وعندها تسهل المهمة».

أما بالنسبة للزوج أحمد فإن ما قالته وما أشارت به كان عبارة عن «إهانة كبرى» لشخصه ولقدراته. فهي كأنما قالت: «أنا لا أثق بك ولا بقدرتك على معرفة المكان بالضبط والاهتداء إليه بدون الحاجة إلى مساعدة!!».

لو علمت الزوجة إن عدم معرفة أحمد العنوان بالضبط ودورانه في الشوارع كان بالنسبة له (مهمة) وإن واجبه كرجل يحتم عليه أن يحققها وينجزها بنفسه وبدون أي تدخل أو معاونة من قبل أي شخص آخر كي يثبت لزوجته (إنه إنسان قادر) وكذلك فإن السؤال وطلب المعونة ـ حسب مفهوم الرجل ـ معناه انحدار مكانته في ذلك التركيب الهرمي ونزوله إلى مكانة أوطأ إضافة إلى أنه سيعطي الفرصة للشخص الذي سيقوم بمساعدته إلى الارتقاء في ذلك الهرم.

ولو بقيت الزوجة هدى ساكتة وتظاهرت بالراحة التامة وعدم الاستياء وتركت الفرصة لزوجها لمعرفة العنوان بنفسه إلى أن يصلوا إلى المكان المطلوب لزاد حب أحمد لها وذلك لسببين، أولهما أنه أعطته الفرصة ليثبت لها إنه إنسان كفوء ويمكن الاعتماد عليه وعدم إجباره على الانحدار من مكانته في الهرم. وثانيهما إنها وبالرغم من الضياع واللف والدوران في الشوارع لم تبد أي استياء أو انزعاج.

بصورة عامة فعندما تحاول المرأة مساعدة زوجها أو تقديم النصيحة من تلقاء نفسها وبدون أن يطلب الرجل منها ذلك، فإن وقع ذلك على مسامع ومشاعر الرجل يكون كبيراً جداً ومؤلماً بشكل لا يمكن للمرأة أن تتصوره، فحتى لو إن المرأة قامت بذلك من باب الأهتمام والحب، إلا إن الرجل وفي تلك اللحظة يفهم تصرفها ذلك على عكس ما قصدته، يشعر الرجل وقتها بالإهانة والحرج، نعم هذا ما يشعر به الرجل.

وإذا كان الرجل قد نشأ وتربى في بيت كانت أمه تقوم بذلك دائماً مع أبيه، فتلك الطامة الكبرى. ردة فعل الرجل غالباً ما تكون عنيفة وقوية وشديدة الوطأ وقد لا تحمد عقباها. من المهم جداً أن يثبت إنه قادر على تحقيق الهدف المرسوم وإنه أهلاً للمسؤولية حتى لو إن الأمر كان بسيطاً مثل المثال السابق.

ومن الغريب أيضاً فإن حساسية الرجل قد تزداد وتكبر عندما يكون الموضوع بسيطاً، فحسب تفكير الرجل (إذا لم تثق المرأة به وبقدراته على تحقيق الهدف في الأمور البسيطة فهل يمكن لها أن تثق به في تحقيق الهدف في الأمور الصعبة والمعقدة والأكثر حساسية وهل ستثق بقراراته!!!).

الإصغاء وأهميته:

إذا لم يفهم الرجل مسألة اختلاف المرأة عنه في تفكيرها وتصرفها، فمن الممكن جداً إنه عندما يحاول مساعدة المرأة يقوم بتعقيد الأمور بدلاً من تيسيرها ويجعلها تسير من سيء إلى أسوأ.

على الرجل أن يفهم جيداً أن المرأة عندما تبدأ بالكلام عن مشاكلها وتبدي تذمرها واستياءها، فإن أول ما تطلبه هو (شعور بالقرب). شعور التفهم والمشاركة الوجدانية من قبل الرجل ولا تريد ولا ترغب أبداً أن يقوم الرجل بإلقاء محاضرة تتضمن حلولاً لتلك المشكلة أو المشاكل.

غالباً ما تشعر المرأة بضرورة المشاركة فتقوم بالكلام عن يومها في البيت أو العمل وتتطرق خلال ذلك إلى بعض المشاكل. وهنا يهبّ الرجل إلى المساعدة، كيف يمكن له أن يسكت، فها هي مشكلة أمامه وإنه صاحب الحلول، يقوم بمقاطعة المرأة وحديثها ويبدأ بطرح الحلول وما يعتقده مناسباً لذلك. وبديهياً فإن المرأة تنزعج وتتمنى لو أنها لم تبدأ ذلك الحديث.

يجن جنون الرجل ويستغرب لموقف المرأة وردة فعلها الغريبة، فما الذي جرى لها؟! تتكلم عن مشاكل وهو عنده الحل المناسب؟ لم لا تتقبل ذلك الحل

وترفض الاستماع؟ هل إنها مجنونة أم إنها لم تعد تطيقه ولا تطيق الاستماع إليه أم إنها لا تثق به ولا بآرائه؟؟.

تعود أحلام إلى البيت بعد قضاء يوم عمل شاق مليء بالمشاكل وهي تحتاج وترغب في مشاركة مشاعرها مع زوجها جميل الذي كان قد عاد من عمله أيضاً.

أحلام: عملي في هذه الشركة يستنفذ كل وقتي ولا يترك لي أية فرصة للاهتمام بنفسي أو بمن حولي.

جميل: قدمي استقالتك فأنت لست بحاجة إلى مثل هذا العمل، ابحثي عن عمل آخر مناسباً.

أحلام: ولكني أحب هذا العمل وهذا هو مجال تخصصي. المشكلة أنهم هناك في العمل يتوقعون أن أقوم بمعجزة وأنجز كل هذا العمل بالسرعة التي يتوقعونها وهذا مستحيل.

جميل: إذا لا يهمك ما يتوقعون، قومي بإنجاز ما يمكن إنجازه ولا يهمك رأيهم.

تتضايق أحلام من موقف زوجها جميل وتحاول أن تغيّر الموضوع.

أحلام: يا إلهي لقد نسيت أن أتصل بعمتي.

جميل: لا تهتمي لذلك فأنت مشغولة وهي بلا شك تفهم وتقدر ذلك.

أحلام: أنت تعلم جيداً الظروف الصعبة التي تمر بها عمتي وكم هي بحاجة إليّ؟

جميل: مشكلتك هي إنك كثيرة القلق وهذا السبب في كونك تعيسة دائماً.

أحلام: (ترد بغضب واضح على وجهها وفي صوتها) أنا لست دائماً تعيسة، هل يمكن لك أن تستمع لما أقول؟!.

جميل: (وهو منزعج) ها أني أستمع لك ولما تقولين.
أحلام: لا فائدة من الكلام معك.

بعد تلك المحادثة المزعجة والغير مثمرة فإن شعور أحلام هو زيادة انزعاجها وغضبها، فهي الآن أكثر غضباً وانزعاجاً من قبل البدأ بتلك المحادثة. وطبعاً فإن شعور جميل أيضاً قد تأثر، فهو الآن أيضاً أكثر غضباً وانزعاجاً من قبل.

المصيبة أن جميل لم يفهم تصرف زوجته والسبب الحقيقي لشكواها؟ وإن كل ما كان يحاول فعله وحسب تفكيره هو معاونتها في التغلب على مشاكلها، فما الذي حصل؟!.

صاحبنا جميل هذا وبسبب جهله للفرق بين الرجل والمرأة لم ينتبه إلى نقطة مهمة وحساسة جداً، ألا وهي ضرورة الإصغاء والابتعاد كلياً عن تقديم المساعدة وطرح الحلول. طرحه للحلول زاد الطين بلّة وسبب إزعاجاً لا داعي له لكليهما، فكل ما كانت تطلبه أحلام هو إصغاؤه لما تقول.

من الملاحظ إن النساء لا يبدأن بطرح الحلول وتقديم النصائح في حالة ما إذا اشتكى أحد من موضوع ما أو مشكلة ما إذ إن طبيعة النساء في مثل هذه الحالة هي الإصغاء بصبر وحنان وتفهم. تحاول المرأة التعرف على الشعور الحقيقي عند الآخرين.

لم يعلم جميل إن الإصغاء العاطفي لزوجته أحلام والتي كانت تشتكي من هموم يومها في العمل وعن نسيانها الاتصال بعمتها المسكينة يجلب لها كثير من الارتياح ويشبع رغبتها واحتياجها في تلك اللحظة. لو إن جميل قام بالاستماع إلى شكوى زوجته وشاركها وجدانياً من خلال بعض كلمات العطف والمواساة والحنان، بدلاً من تقديم نصائح وحلول لارتاح الإثنان.

لننظر إلى نفس المثال السابق ولكن من زاوية أخرى وأسلوب يختلف تماماً عن الأسلوب التقليدي والذي غالباً ما نلاحظه في المجتمع.

أحلام: عملي في هذه الشركة يستنفذ كل وقتي ولا يترك لي أية فرصة للاهتمام بنفسي وبمن حولي.

جميل: (يأخذ نفساً عميقاً ويرتاح قليلاً ثم يقول) يبدو أن يومك في العمل كان شاقاً.

أحلام: إنهم يتوقعون مني أن أقوم بمعجزة وأنجز كل هذه الأعمال بالسرعة التي يطلبونها!.

جميل: (يتوقف عن الكلام قليلاً ويرسم على وجهه تفهماً وإدراكاً للموقف ثم يهمهم) هم هم..

أحلام: إني نسيت حتى أن أتصل بعمتي.

جميل: (يرسم على وجهه علامة استغراب وعطف ثم يقول) يا إلهي.

أحلام: عمتي بحاجة ماسة إليّ هذه الأيام. إني فعلاً متضايقة جداً بسبب نسياني هذا.

جميل: أنت فعلاً إنسانة ممتازة إذ إنك دائمة الاهتمام بمن حولك، إني فخور بك.

يتقدم جميل من زوجته أحلام ويلف ساعديه حولها ويقول بعض العبارات اللطيفة. وهنا نلاحظ أحلام وهي تشعر بمنتهى الراحة والسعادة، ثم تقول: أنت زوج ممتاز وأنا أحبك وأحب التحدث إليك، إنك دائماً تجعلني أشعر بالسعادة، شكراً لك ولإصغائك.

باختصار، يمكن القول إن أكبر خطأين في العلاقة بين الرجل والمرأة هما:

١ ـ عندما تكون المرأة متضايقة وتشتكي من هموم ومشاكل تمر بها، يقوم الرجل بمساعدتها على طريقته الخاصة وذلك بطرح الحلول وإلقاء الحكم والمواعظ.

٢ ـ عندما يخطأ الرجل أو يواجه مشكلة ما، تحاول المرأة تصحيح ذلك عن طريق تقديم النصائح أو توجيه الانتقادات.

عند الكلام عن هذين الخطأين الشائعين فإن صلب الخطأ لا يكمن في النوايا الحسنة من قبل الرجل والمرأة، بل إن الخطأ هو في «الأسلوب والتوقيت». فعندما تكون المرأة في حالة نفسية مرتاحة فهي لا تمانع من الاستماع إلى الرجل وهو يحاول أن يهوّن عليها المشكلة وبطريقته الخاصة. على الرجل أن يعلم ويدرك أن الوقت الذي تكون فيه المرأة منزعجة وغير مرتاحة وتشتكي من موضوع ما أو مواضيع ما، فإن ذلك الوقت غير مناسب ولا يتيح له أبداً القيام بطرح حلولاً أو تقديم نصائح. إذ أن كل ما تريده المرأة هو أن تعبر عن شعورها ذلك وأن هناك من يستمع لشكواها وكلامها هذا. وإذا شعرت بتوفر ذلك وأن رجلُها واقفاً يستمع لكلامها ومتفهماً لحقيقة شعورها، عندها تبدأ حالتها النفسية بالتحسن تدريجياً وبعد ذلك يمكن للرجل أن يدخل مع المرأة في حوار هادىء يحاول من خلاله طرح (اقتراحات) بدلاً من حلول.

أما بالنسبة للرجل فإنه يرحب بالنصائح أو الانتقادات البناءة في حالة طلبه هو للمساعدة. وعلى المرأة أن تعلم وتدرك إن تقديمها للنصائح أو توجيهها للانتقادات يثير الرجل كثيراً ويغضبه ويجعله يشعر بأنها تحاول إهانته وكذلك محاولتها للسيطرة عليه.

فكل ما يريده الرجل من المرأة حالة قيامه بعمل ما، هو موافقتها على ذلك العمل وليست نصيحتها أو انتقادها. وإذا تولد عند الرجل شعور «عدم محاولة سيطرة المرأة عليه» من خلال توجيه انتقادات أو نصائح، عندها نراه يبدأ بسؤال المرأة عن رأيها واعتقادها.

إذا انتبهنا إلى مسألة الاختلافات الفطرية والغريزية بين الرجل والمرأة فإن ذلك سيساعدنا على تقبّل واحترام شعور بعضنا البعض. وإذا قام الطرف الآخر برفض كلامنا وظهرت عليه بوادر الانزعاج والاستياء، فإن ذلك يعني وبلا شك

حصول خطأ إما في الأسلوب أو التوقيت أو في كلاهما.

عندما ترفض المرأة حلول الرجل ونصائحه، يشعر الرجل وقتها أن المرأة لا تثق به ولا بقدرته على التفكير ولا تثق بعواطفه وشعوره نحوها. ونتيجة لذلك فإن الرجل يتألم ويغضب ويتوقف عن الاهتمام بها ويرفض الاستماع لها ولشكواها. أو قد تتولد لديه ردة فعل أقوى من ذلك بكثير وتكون مصحوبة بثورة أعصاب وإطلاق كلام وعبارات قد يندم عليها بعد ذلك.

الفصـل الثالـث

تعامل الرجل والمرأة مع التعب والإجهاد

التعـب والجهـد

هناك صفات كثيرة يختلف فيها الرجل عن المرأة، ومن هذه الصفات هي الانكماش السايكولوجي وهذه الصفة تعتبر مصدراً محيراً للمرأة إذ أنه من الصعب على المرأة أن تفهم كيف يمكن فجأة للرجل الذي يحبها حباً عميقاً التحول إلى شخص يهتم بنفسه فقط ولا يراعي شعور الآخرين. هذا التغيير أمر غير مألوف بالنسبة للمرأة، لذلك عندما يتصرف الرجل بهذا الشكل نرى المرأة في حالة ألم ومعاناة وتأخذ الموضوع بصورة شخصية. تتصور أن هناك جفاء أو زعل من قبل الرجل. لا تفهم المرأة كيف يمكن للرجل الذي يحبها أن يتغير بصورة سريعة وتلقائية؟ كيف يمكن له أن ينسحب تفكيره عن الآخرين ويركز فقط على ما يشغل تفكيره؟!.

إحدى المشاكل العامة بالنسبة للمرأة في علاقتها مع الرجل أنها تنسى احتياجاتها الأساسية وتنغمس تماماً في احتياجات الرجل.

ومن أكبر التحديات بالنسبة للمرأة هي كيفية المحافظة على ذاتيتها عند التوسع وفي نفس الوقت تلبية احتياجات الرجل الانكماشية. وبالنسبة للرجل أيضاً فالمسألة ليست سهلة إذ أنه يصعب عليه التغلب على شعوره الانكماشي التركيزي ومحاولة مجاراة طبيعة المرأة التوسعية.

مسألة التوسع عند النساء والتركيز عند الرجال تولد مشاكل كبيرة جداً وخصوصاً عندما يتحدثون إلى بعضهم البعض، تحاول المرأة التوسع في الكلام وعندما يسمع الرجل ذلك يتولد عنده شعور الملل والضجر إذ أنه بطبيعته الرجولية يختلف عن ذلك. فالرجل بطبيعته يدخل مباشرة في صميم الموضوع الذي يود التحدث عنه. ولذلك فعندما تبدأ المرأة الحديث بطريقتها التوسعية يبدأ الرجل بالضجر والملل ويقول كلمته المعهودة (أدخلي في صميم الموضوع) أو كما يقال في اللهجة المصرية العامة (هات من الآخر).

بصورة عامة، عندما يود الرجل الحديث في موضوع ما فإنه وقبل أن يفتح فمه ويتفوه بأية كلمة فإنه يقوم بإدخال الفكرة إلى ذهنه ويفكر بها تفكيراً عميقاً بصورة صامتة، أي إنه يفكر بصمت وبعد أن يتوصل إلى نتيجة أو حل يبدأ بالكلام عنها.

أما المرأة فكلامها ليس دليلاً على إنها تحاول أن توضح أو تناقش نقطة ما، فعندما تتكلم المرأة فإنها تحاول أن تدخل في أعماق تفكيرها بصوت مسموع.

القارىء العزيز، هل لاحظت المرأة تتكلم مع نفسها؟ من الممكن جداً حصول ذلك. فلا تستغرب آنذاك ولا تتصور أن المرأة مجنونة أو إنها تهلوس. إنها عادة المرأة في التفكير فهي تفكر بصوت مسموع محاولة التوصل إلى النقطة الأساسية التي تود التحدث عنها، تلك النقطة التي غابت عن بالها ولم تكن واضحة قبل بدئها الكلام.

مثلما يلتزم الرجل جانب الصمت أثناء التفكير، وهذا التصرف يريحه، فالمرأة أيضاً تجد صفاء أكثر في مخيلتها عندما تفكر بصوت مسموع وتتكلم وتشارك الرجل عما يدور في خلدها. لذلك عندما تبدأ المرأة بالتحدث إلى الرجل فهي لا تدرك تماماً إلى أين سيقودها هذا الكلام، إلا أنها تعتقد اعتقاداً جازماً بأن هذا الكلام سيقودها إلى الاتجاه الصحيح.

بالنسبة للنساء فإن مشاركة الكلام مع الرجال عبارة عن عملية اكتشاف إلا أن ذلك غالباً ما يسبب للرجل حالة انزعاج، والسبب بكل بساطة هو الجهل في الفرق بين الجنسين. وهنا يحاول الرجل مقاطعة المرأة أثناء الحديث أو يحكم على المرأة حكماً جائراً لا صحة له. لنقرأ المثال التالي ونرى من خلاله أسلوب المرأة الذي نتكلم عنه.

رجع الزوج باسم إلى البيت وقابل زوجته سعاد التي قالت له: (لم يتمكن إبننا عادل وللمرة الثانية من الذهاب للمشاركة في مباراة كرة القدم وهو حزين جداً. اتصل أخوك هشام هاتفياً وقال إنه وعائلته سيقومون بزيارتنا في الشهر السادس القادم. لم أدر ما أقول له حيث إنني لا أعرف أين سنكون في الشهر السادس، قد نفكر في الذهاب لزيارة والدتي أثناء ذلك الشهر الذي هو بداية العطلة الصيفية المدرسية. بالمناسبة متى تبدأ بالضبط العطلة المدرسية الصيفية؟ لحد الآن لم أتمكن من العثور على الصور التي سألتني عنها والدتي، تلك الصور التي التقطناها في حديقة الحيوانات أثناء زيارتنا لها في المرة الأخيرة. هل قرأت المقالة التي نشرتها الصحيفة اليومية والتي تركتها لك هذا الصباح حول حديقة الحيوانات؟ هل تتصور أن تعليمات الحديقة الجديدة تنص على منع الزوار من إطعام الحيوانات؟ هذه سخافة وهذه التعليمات الجديدة ستغير من متعة الذهاب هناك. أنا أتذكر إطعامي للزرافة بيدي هاتين. أتمنى أن نتمكن من العثور على تلك الصور. أشعر بعض الأحيان أن الأمور ملخبطة في حياتنا وليس هناك أي تنظيم، أعتقد أننا بحاجة إلى أخذ بعض الوقت والجلوس سوية لنحاول التخطيط ووضع برنامج لقضاء عطلة الصيف).

تحليل ذلك: ما حصل للزوجة أنها في البداية شاركت زوجها بصوت مسموع عدة أفكار كانت تجول في خاطرها، أفكار مبعثرة، إلا أنها بعد ذلك وأثناء الكلام استطاعت أن تشعر بوضوح أكثر في داخل أفكارها وتمكنت من اكتشاف النقطة الأساسية التي كانت فعلاً تود التحدث عنها ألا وهي ضرورة

الجلوس والتخطيط للعطلة الصيفية.

لا يستطيع الرجل فهم أسلوب المرأة هذا والسبب بكل بساطة هو أن أسلوبه يختلف كلياً عن أسلوب المرأة. فبدلاً من أن يشارك الرجل أفكاره ومشاعره مع المرأة بصوت مسموع فإنه يسمح لهذه الأفكار بالدخول إلى رأسه وهناك يطلق العنان لدماغه بدراستها وتحليلها والتعامل معها، كل ذلك يتم والرجل صامت لا يفتح فمه. وبعد أن ينتهي الرجل من التفكير ويجد الجواب أو الحل يقوم بفتح فمه والتحدث مع الآخرين.

من صفات الرجل الطبيعية أنه إذا ركز تفكيره على إسعاد المرأة فإنه حينئذٍ يصب كل تفكيره وجوده من أجل تحقيق ذلك. وعندما يشعر بسعادة المرأة يقوم الرجل وبصورة تلقائية بتحويل تفكيره إلى شيء جديد. يبدأ بالتركيز على أمر آخر مثل مشكلة ما في العمل وهكذا نراه ينشغل ذهنياً ويصب كل تفكيره هناك ويصبح الموضوع الجديد همه الشاغل وبذلك يظهر وكأنه قد أهمل زوجته التي يحبها ويسهر على راحتها.

كذلك من الشائع عند الرجال أن الرجل عندما يكون واقعاً تحت ضغط أو وطأة أو إجهاد فإن قوة وإسلوب التركيز تزداد عنده، وتلك الزيادة تعطي الآخرين الانطباع على أن الرجل شارد البال ولا يهتم بأحد وإنه يفكر بنفسه فقط.

في هذه الحالة قد يبدو الرجل وكأنه أناني لا يهتم إلا بنفسه وذلك لتجاهله لكل من حوله والتفكير بنفسه فقط. هذا غير صحيح أبداً وهو مجحف بحق الرجل والدليل على ذلك أن معظم تفكيرَ الرجل تلك اللحظة يكون منصباً في الغالب على الإهتمام بالأسرة ومصالحها ومصالح أفرادها، أو يكون فكره منصباً على كيفية مساعدة الآخرين وليس على مصالحه الشخصية.

من الصعب جداً على المرأة فهم ذلك والسبب هو اختلاف الطبيعة بين الجنسين إذ أن المرأة التي تكون واقعة تحت ضغط فإنها لا تتصرف كما يتصرف

الرجل، لا تزداد عندها قوة التركيز، تتصرف المرأة بشكل آخر مغاير لذلك تماماً. في مثل هذه الظروف تزداد عند المرأة حاسة الوعي والإدراك ويزيد اهتمامها بمن حولها وخصوصاً الأشخاص الذين تودهم وتحبهم. عندما يكون الرجل واقعاً تحت ضغط في العمل فإنه يصبّ تفكيره في ذلك، ويبدو وكأنه ناسياً عائلته ووجودها. منغمساً تماماً ولا اعتبار لأي شخص آخر. الحقيقة أن الرجل في مثل هذه الحالة يكون في الغالب ناسياً نفسه ويفكر بعائلته ومصلحتها والدليل على ذلك هو اهتمامه الكبير بحل تلك المشكلة والتغلب عليها. يحاول التغلب على تلك المشكلة كي يتمكن من مواصلة العمل وتوفير المال من أجل سعادة الأسرة.

أما المرأة التي تمر تحت ضغط فإنها تستاء وتنزعج كثيراً ويزداد عندها شعور الاهتمام بالأسرة.

كما رأينا، فإن التغير المفاجىء الذي يحصل عند الرجل هو صفة من صفاته الخاصة التي لا تعرفها المرأة، وعند حصول ذلك التغير تظن المرأة خاطئة أن الرجل أناني ولا يهتم إلا بنفسه. تفكر المرأة بهذا الشكل وهي معذورة إذ أنها تفكر من منطلق أسلوبها في التفكير، ذلك الأسلوب الذي يختلف بطبيعته عن أسلوب الرجل.

وهنا نقول للمرأة أن السلوك الذي يتبعه الرجل سلوكاً طبيعياً خاصاً به ولا يجوز لها أن تتخذ ذلك الأسلوب مقياساً على حب الرجل لها من عدمه. على المرأة أن تفهم حقيقة تصرف الرجل هذا وأن لا تشعر بأي تحامل على الرجل عندما يمر بتلك الحالة، حالة التفكير والسرحان الذهني، يمكن للمرأة الذكية التي تود إخراج الرجل من تلك الحالة وإعادته إلى الجو العام أن تستخدم مهاراتها في جلب انتباه الرجل متى ما أرادت ذلك.

صباح كل يوم يتهيأ الرجل للذهاب إلى عمله وقد تفعل المرأة مثل ذلك أيضاً أو قد تكون ربة بيت فتبقى في المنزل لتقوم برعاية البيت والأطفال.

أعمال المرأة في المنزل مهمة وليست باليسيرة فهي التي تقوم بالتنظيف وغسيل الملابس وإعداد الطعام وتلبية كل الاحتياجات والمتطلبات. لذلك نراها في آخر النهار مجهدة ومتعبة. أما إذا كانت المرأة تعمل في الخارج فإن تعبها يكون مضاعفاً إذ إن إضافة إلى العمل الخارجي فعندما تعود إلى المنزل نراها تقوم بالأعمال المنزلية أيضاً، وهذا الأمر شاق جداً. أما الرجل فيغادر المنزل ويتوجه إلى العمل، وبعد انتهائه من العمل يعود إلى المنزل. بعد انتهاء اليوم وعودة الرجل والمرأة إلى المنزل يكون كلاً منهما قد أصابه التعب والجهد وقد استنفذ معظم طاقاته ويحتاج إلى قسط من الراحة ليستعيد نشاطه.

هذا هو المجرى العام اليومي لحياة العائلة وبالذات العائلة العربية. والمصيبة الكبرى هنا هي (كيفية تعامل الرجل والمرأة مع الإجهاد والتعب؟). نعم، إنها من المصائب الكبرى والتي تسبب كثيراً من المشاكل كل يوم وفي كل منزل تقريباً، تحصل مشاكل لا طائل لها والسبب الرئيسي في ذلك هو ليس التعب نفسه، بل (اختلاف الرجل والمرأة في طريقتيهما في التعامل مع الإجهاد وفي كيفية الحصول على الراحة).

جانب مهم جداً من جوانب العلاقة بين الرجل والمرأة هو كيفية تعاملهما مع الجهد والتعب. فالرجل يتعامل مع الجهد والتعب بشكل موضوعي غير ذاتي بينما تتعامل المرأة مع الجهد بشكل ذاتي وغير موضوعي (العكس بالضبط).

طبيعة الرجل الأساسية هي الاهتمام بما يحصل في الخارج، فعندما يكون الرجل مجهداً نراه ينسحب وينزوي ويبدأ بالتفكير الصامت ويحاول حل المشاكل التي تعتريه. هكذا يتصرف الرجل ويتخلص بعد ذلك من الجهد والتعب.

بينما نرى طبيعة المرأة الأساسية هي الاهتمام بما يحصل في الداخل، فعندما تكون المرأة مجهدة نراها تتعامل مع مشاعرها التي ترتفع فجأة، هذه المشاعر تساعد المرأة على التعمق في داخلها وعندها تقوم بإجراء تغييرات

داخلية، هذا ما يساعدها على الشعور بالراحة. على سبيل المثال إذا كانت المرأة تواجه مشكلة وتشعر بالجهد فإنها تتغلب على ذلك من خلال تغييرات تجريها على نفسها، كأن تصبح المرأة أكثر سلاسة، أكثر صبراً، أكثر تسامحاً، أكثر تفهماً. وهكذا. تجري تغييرات في ذاتها تساعدها على الشعور بالراحة.

أما الرجل الذي يعاني من الجهد فإنه يحاول التحكم بالجو العام الذي يحيطه، وبناء على ذلك فالرجل الذي يواجه مشكلة ما نراه يحاول السيطرة على الموقف وذلك من خلال التحليل الموضوعي الذي يتمكن الرجل من خلاله تقييم الموقف واستعراض ما حصل، هل ساهم هو شخصياً في خلق المشكلة أم لا؟ وبعد ذلك ومن خلال موضوعيته يحاول الرجل وضع الحل أو الحلول المناسبة. يتمكن الرجل بهذه الطريقة من قبول تحمل المسؤولية.

تتصرف المرأة عكس الرجل تماماً، فهي تحاول أن تركز في تفكيرها على ذاتها أولاً وبعد ذلك الوقوف على حقيقة مشاعرها. بهذه الطريقة في التفكير تتمكن المرأة من التعرف على ما حصل والسبب في ذلك. وكذلك ما يمكن فعله لحل المشكلة.

التعامل الموضوعي معناه الإنفصال الشخصي، المراقبة، التحليل لما حصل وبعد ذلك التعامل معه ووضع الحلول المناسبة.

أما التعامل الذاتي فمعناه التعامل من خلال الشعور، أي وضع النفس في وسط المشكلة وبعد ذلك التعامل مع المشكلة من ذلك المنطلق.

قد يتصور البعض وللوهلة الأولى أن الرجل المتعب يتصرف تماماً كتصرف المرأة المتعبة، وإن كلاهما يلجأ إلى نفس الطريقة والأسلوب في الحصول على الراحة.

الجواب هو (كلا وألف كلا) فلكل منهما طريقته الخاصة في ذلك، ومن المؤلم جداً إن الاختلاف في طريقتيهما يسبب مشاكل كبيرة تحصل كل يوم تقريباً.

هذا ما سنتطرق إليه وما سنحاول شرحه وتوضيح أخطاره على الرجل والمرأة والعائلة بصورة عامة والتي تؤثر بالتالي على المجتمع.

فمن الفوارق الرئيسية بين الرجل والمرأة في التعامل مع الإجهاد والتعب، أن الرجل المتعب والذي يحاول الحصول على الراحة نراه يحاول إيجاد مكاناً هادئاً جداً خال من الصخب والضجيج ويحاول الابتعاد كلياً عن الخوض في أي نقاش مهما كان. فهو لا يريد الكلام لا في مشكلة ولا في أي موضوع آخر، كل ما يريده في ذلك الوقت هو «الهدوء».

وقد يفضل الرجل قراءة صحيفة أو مقال أو كتاب أو قد يحاول الاستماع إلى الراديو أو قد يجلس على الكرسي صامتاً أو حتى يحاول النوم قليلاً، المهم بالنسبة له الهدوء. أما المرأة فعندما تشعر بالتعب والإجهاد وتحاول أن ترتاح وتستعيد نشاطها فإنها تحب الكلام! وليس ذلك فقط، فإنها تحب أن تتكلم وتجد من يستمع ويصغي إليها ومن ثم القيام بمشاركتها في ذلك!.

تصور رجل عائد لتوه من العمل وهو مرهق وفي أشد الحاجة إلى الراحة، وراحته هي الهدوء التام. وامرأة مرهقة وفي أشد الحاجة إلى الراحة وراحتها هي الكلام!!!.

النتيجة وبدون أي شك ستكون هم وغم وتوتر أعصاب وقد تصل إلى أبعد من ذلك. فالتزام الرجل جانب الصمت وعدم استعداده للاستماع يثير جنون المرأة، وكلام المرأة عن مشاكلها اليومية يثير أعصاب الرجل ويرفع عنده ضغط الدم.

لننظر إلى الزوج قيس وزوجته هيفاء. يعود قيس من العمل وهو مرهقاً وفي أشد الحاجة إلى الراحة. يدخل قيس البيت ويسلم على زوجته والأطفال وينتظر الطعام. بعد قليل يصل الطعام ويجلس الجميع على المائدة، وقبل أن يضع قيس اللقمة الأولى في فمه تبادر الزوجة هيفاء زوجها قيس قائلة:

هيفاء: كيف كان يومك في العمل؟

قيس: كان يوماً شاقاً.

هيفاء: ما الذي حصل هناك؟

قيس: المشاكل المعتادة.

هيفاء: ما نوع تلك المشاكل؟

قيس: «تبدو عليه علامات الانزعاج» ويقول: هل يمكن أن نأكل أولاً ثم نتحدث بعد ذلك؟

هيفاء: «تسكت لفترة قليلة ثم تقول»: بالمناسبة فقد اتصل صديقك عادل ويرجو أن تتصل به في أقرب فرصة.

قيس: طيب سأتصل به عصراً.

هيفاء: ما تظنه يريد؟

قيس: «يبدو عليه الغضب» ويقول بصوت أعلى من الطبيعي: وكيف لي أن أعرف ما يريد، سأخبرك عندما أتصل به.

هيفاء: إذا كانت لدى عادل النية في زيارتنا الجمعة القادمة فتذكر أننا وعدنا الأولاد بأخذهم إلى حديقة الحيوانات.

قيس: «يزداد غضباً ويقول»: طيب، هل يمكن أن نكمل تناول الطعام بهدوء؟

هيفاء: «وهي مستاءة»: طيب.

وبعد حوالي خمس دقائق ولا زال الجميع يأكل تبدأ هيفاء بالكلام ثانية:

هيفاء: لا تنسى، فغداً عندنا موعد مع الدكتور ويجب أن نخرج من البيت قبل الساعة الخامسة.

قيس: ألم أطلب منك الهدوء وعدم الكلام؟!

هيفاء: «تبدي غضبها وتقول بصوت عال»: الله أكبر... ما مشكلتك؟ هل أن الكلام معك محرّم عليّ؟! ما بك؟ كل يوم تأتي من العمل ولا تريد

الكلام، ما قصتك؟ . . . وهنا تترك هيفاء المائدة وتبدأ بالتمتمة وتقصد المطبخ. تذهب هناك وتبدأ بالبكاء.

قيس: «يثور ويترك هو أيضاً الطعام ويقول بصوت أشج تفوح منه رائحة غليان الدم وفوران الأعصاب»: أنت إنسانة غريبة، لا أدري ما مشكلتك بالضبط؟! أعود من العمل مرهقاً وأود أن أرتاح قليلاً وكل ما أجده أمامي هو زوجة لا تتوقف عن الكلام. وأي نوع من الكلام، إنه كلام سخيف وخال من أي معنى. هل أنت مجنونة أم إنك تقصدين أن تجننيني؟ ما العمل؟ أعتقد إنه لا فائدة من ذلك.

وهنا يترك القيس البيت ويذهب إلى إحدى المقاهي أملاً في إيجاد الراحة المنشودة.

مشاكل يومية، ثورة أعصاب، كلاهما يود العودة إلى بيت خال من المشاكل إذ أن مشاكل العمل كافية لإرهاقهما. ولكن عند العودة إلى البيت فإن هناك مشكلة أخرى في انتظارهما وسبب هذه المشكلة هو (الاختلاف السايكولوجي الفطري بين الرجل والمرأة).

وبدون معرفة سر هذا الاختلاف فإن هذه المشاكل اليومية لن تتوقف ولن تنتهي والنتيجة هي حياة جحيم لا راحة فيها، والمصيبة إن كل منهما يتصور إنه على حق وأن الطرف الآخر هو المخطيء وهو الذي يحاول خلق هذه المشاكل.

يتعامل الرجل مع مشاكله اليومية بصمت:

هذه هي طبيعة الرجل الغريزية والمجبل عليها، فالرجل الذي تكون عنده مشاكل يحاول أن يتعامل معها ويحلّها وذلك بالتفكير الصامت إلا إذا كان عنده صديق حميم يمكن أن يساعده في مشكلته ويساعده في حلها، عندها يتكلم الرجل عن مشكلته. أما إذا لم يجد الرجل مثل ذلك الصديق فإنه يلتزم جانب الصمت ويحاول حل المشكلة بنفسه وإذا وجد الحل المناسب وتغلّب على تلك المشكلة عندها يفتح الرجل فمه ويبدأ بالكلام.

فالرجل الذي يواجه مشكلة ما في العمل فإن كل تفكيره يكون مصبوباً على تلك المشكلة، وحتى عندما يعود للبيت فإنه يعود جسدياً فقط أما ذهنياً فهو غائب، ذهنه مشغول في العمل، وهنا عندما يحاول أحد التحدث إليه نراه ينزعج ويتضايق والسبب هو أن ذلك الكلام يقطع عليه سلسلة أفكاره ويبعده عن الموضوع الذي يفكر فيه. قد يلجأ الرجل في مثل هذه الحالة إلى التظاهر بالإنشغال بأمر آخر كالتقاط مجلة والنظر فيها، هذا التصرف من قبل الرجل هو تصرفاً نابعاً من اللاوعي ولا يعني أبداً إهانة المرأة أو تجاهلها، أبداً فتصرفه هذا محاولة منه لمنع المرأة من مقاطعة تفكيره. تصرفه نابعاً من اللاوعي ولا علاقة له بمدى حبه للمرأة.

يستمر الرجل في تصرفه هذا ما دامت المشكلة مستعصية ولم يتمكن من إيجاد حل مناسب لها، يبقى متوتر الأعصاب وشارد البال ويستمر بالتظاهر بالانشغال بأي شيء آخر. يشغل نفسه بعدة أساليب كقراءة كتاب ما أو صحيفة أو الاستماع إلى الراديو أو القيام بأي عمل آخر. عندها وبصورة تدريجية تهدأ أعصاب الرجل.

وكذلك عندما يكون الرجل مرهقاً وأمامه عدة مشاكل تحتاج حلولاً فإنه عادة ما يختار المشكلة التي تتطلب حلاً سريعاً أو أكثرهما صعوبة وإشكال ويبدأ بالتفكير والتعامل معها. وقتها يكون الرجل مركزاً تماماً في صميم الموضوع إلى درجة إنه ينسى ما حوله ولا يتمكن من رؤية أي شيء آخر. فكل ما يراه ويفكر به هو تلك المشكلة.

في تلك اللحظات يكون الرجل منزوياً ومنعزلاً فكرياً ولا يود الاشتراك بالحديث عن أي شيء أو حتى مناقشة أي موضوع مهما كانت أهميته ولا تكون عنده القدرة على التجاوب مع من حوله من الناس.

يبقى الرجل يفكر ويفكر وبعد ذلك التفكير العميق فإنه إما أن يجد الحل المناسب لتلك المشكلة وعندها نراه منشرحاً طيب الخاطر وتعلو وجهه ابتسامة

عريضة ويكون مستعداً للكلام والاستماع ونفسيته مستعدة للإرسال والاستقبال. أو أن تستعصي المشكلة ولا يتمكن من إيجاد حلاً مناسباً لها، عندها نرى الرجل وهو يحاول أن يشغل نفسه بأمور ثانوية لا تتطلب منه التفكير مثل قراءة جريدة أو مجلة أو مشاهدة التلفزيون أو أي عمل آخر لا يتطلب منه بذل أي مجهود.

وعندما تكون المرأة مرهقة ومنزعجة ولديها مشاكل، فكيف تتصرف وماذا تفعل؟ هل تتصرف مثل الرجل وتبدأ بالتفكير بصمت ولا تكون مستعدة للدخول في أي نقاش أو الاستماع لأي شخص آخر، هل تعتكف مثل الرجل وتتقوقع على نفسها؟.

الحقيقة غير ذلك تماماً، فعندما تكون المرأة في مثل هذه الحالة فإنها تحاول أن تجد شخصاً تثق به وتبدأ معه/معها حديثاً مطولاً ومفصلاً عن مشاكلها. هذه هي طريقة المرأة في الترفيه عن خاطرها والشعور بالراحة.

وإذا اجتمعت المرأة بإمرأة أخرى تكون هي الأخرى تمر بمشاكل، عندها تجد المرأة الشعور بالراحة وكذلك المرأة الأخرى. وبمعنى آخر فإن اجتماع امرأتين تمران بمشاكل وتحدثهما مع بعض فيه راحة لكلا المرأتين.

بالنسبة للمرأة فإن مشاركة الآخرين مشاكلهم معناه المودة والثقة، ولا تخجل المرأة من الاعتراف بمشاكلها، فالهدف عند النساء هو العلاقة الودية وليس الكبرياء. تشعر المرأة بالراحة عندما تجد صديقاً حميماً تشاركه مشاكلها، بينما يجد الرجل الراحة عندما يحل مشاكله بنفسه.

هنا نود أن نذكر أن المرأة وبسبب طبيعتها التوسعية فإن كثرة احتياجات أو طلبات الآخرين في وقت واحد ترهقها كثيراً وتربكها، فالرجل بطبيعته يصبّ تفكيره في مسألة واحدة فقط، أما المرأة فإنها تتعايش مع جميع المشاكل في آن واحد. ومن الجدير ذكره أن المرأة في مثل هذه الحالة تفقد القدرة على إعطاء الأولويات وهذا يؤدي إلى إرهاقها أكثر وأكثر إذ أنها تشعر بمسؤولية كبيرة وإنها

مجبرة على القيام بكل ذلك وهذا ما يجعلها تشعر بالقهر واليأس وقد تلجأ المرأة إلى البكاء. ينتابها شعور بأن عملها لا ينتهي وواجباتها مستمرة على مدار الساعة. وهنا نود أن نذكر القول الشائع في الغرب (يبدأ عمل الرجل من الساعة التاسعة وينتهي في الساعة الخامسة ـ وهو ساعات العمل في الدوائر ـ أما عمل المرأة فلا نهاية له).

فهم الرجل لهذه النقطة مهم جداً، ففي الغالب عندما يرى الرجل المرأة مقهرة تكون ردّة فعله الاستياء والغضب حيث يتصور وقتها إن المرأة تحاول أن تلومه على تعاستها.

موقف المرأة من الرجل الصامت:

ذكرنا أن الرجل المجهد والمشغول فكرياً بمشاكله يلتزم جانب الصمت وينزوي في البيت ولا يود الحديث عن مشاكله ولا التحدث إلى أي شخص آخر. وعندما ترى المرأة ذلك فإنها تنزعج كثيراً ولا تتقبل ذلك من الرجل أبداً. إنها لا تعلم ما الذي حصل للرجل في الخارج ولا تستطيع قراءة أفكاره ولو إنه تكلم عن مشاكله التي تؤلمه لسرها ذلك ولتعاطفت معه. ولكنه بصمته المبهم هذا يزعجها كثيراً ويجعلها تشعر إنه يحاول متعمداً تجاهلها وتجاهل وجودها أو إنه غاضب عليها لسبب ما؟؟؟.

يعود الزوج من العمل إلى البيت بعد قضاء يوم عمل شاق مليء بالمشاكل، يدخل البيت وبعد تناول الطعام يحاول أن يجد بعض الهدوء ويحاول أن يجد حلاً لمشكلة حصلت له في العمل. يجلس في زاوية الغرفة ويفكر بصمت.

تلاحظ الزوجة صمت الرجل هذا، وعندها تحاول أن تكلمه فتقول:

الزوجة: هل تحب أن تتناول فنجاناً من الشاي؟

الزوج: لا، شكراً.

الزوجة: هل ستخرج عصر هذا اليوم؟

الزوج: «وهو مستغرق في التفكير»: لا أعتقد ذلك، سأبقى في البيت.

الزوجة: ما تحب أن تتعشى اليوم؟

الزوج: «وهو على حالته مع بعض التذمر»: أي شيء. أرجوك أن تتركيني لوحدي.

هنا تبدأ الزوجة بالتفكير والقلق: ما الذي جرى لزوجها؟ هل إنه في ورطة كبيرة ويحاول أن يخبّىء ذلك عليها؟! هل إنه لم يعد يطيقها ولا يطيق الكلام معها؟! هل إنه غاضب عليها؟! هل إنه ينوي تركها وترك البيت؟! هل وصلت الأمور بينهما إلى طريق مسدود وأصبحت الحالة بالنسبة له غير محتملة وسيطلقها؟؟ ما الذي حصل؟!.

الزوجة: ما بك وما أصابك؟ كلمني... ما الذي تريده مني؟ هل ارتكبت ذنباً أستحق منك هذا الإهمال وهذه المعاملة القاسية أم إنك تقصد أن تعذبني؟ إذا كنت تشعر إني أصبحت مملة بالنسبة لك وإنك لم تعد تطيقني، طلقني إذاً؟.

عادة لا تفهم المرأة تصرفات الرجل بصورة عامة عندما يكون مرهقاً أو يمر بمشكلة، إذ إنها تتوقع من الرجل أن يعود إلى البيت ويبدأ بالكلام عن مشاكله مثلما تفعل هي، ولكن بصمته هذا فإنها تعاني كثيراً. وتزيد معاناتها وتكبر عندما ينتقل من مرحلة الصمت إلى إشغال نفسه بأمور ثانوية أخرى «تعتبر آنذاك تافهة بالنسبة لها». لماذا هذا الإهمال؟؟ هذا هو تفكير المرأة في تلك الساعة. هل أن قراءة الجريدة أو المجلة أو مشاهدة التلفزيون أو الاستماع لجهاز الراديو أهم منها ومن وجودها؟!.

إذا كان الرجل يمر بمرحلة تعب وإرهاق فمن الخطأ أن نتوقع أن يكون عاطفياً أو متجاوباً أو عنده الاستعداد للاشتراك بمناقشة أي موضوع.

وكذلك فإنه من الخطأ أن نتوقع صمت المرأة إذا كانت تمر بمرحلة تعب وإرهاق. هذه هي الحياة وهذه هي طبيعة الجنسين ولا يمكن لأي شخص أن يغيّرها.

في مثل حالة الرجل المرهق والذي يفكر ويحاول إيجاد حلاً لمشكلته العويصة، وكذلك ردة فعل المرأة أزاء ذلك، هناك خمس نقاط نذكرها وذلك محاولة لتقريب الصورة. صورة تفكير الرجل والمرأة في تلك اللحظات:

١ ـ عندما تقول المرأة للرجل: أنت لا تسمعني.

يقول الرجل: ما قصدك أني لا أسمعك؟ أنا مستعد أن أعيد كل ما قلتيه منذ بداية الحديث.

الحقيقة هي أن الرجل عندما يكون مشغولاً بمشكلة ما ويحاول أن يجد حلاً لها فإن المشكلة تشغل ٩٥٪ من حيز تفكيره والباقي وهو ٥٪ يحاول أن يستخدمها ليسمع كلام المرأة وهذا كاف جداً بالنسبة لتفكيره. بينما تريد المرأة من الرجل ١٠٠٪.

٢ ـ عندما تقول المرأة: أنا أشعر وكأنك غير موجود.

يقول الرجل: ما تقصدين بأني غير موجود؟ بالطبع أنا موجود. ألا تراني أمامك؟! بالنسبة للرجل فإنه موجود فعلاً. أما بالنسبة للمرأة فإن الرجل موجود جسدياً ولكنه غائب فكرياً.

٣ ـ عندما تقول المرأة: أنت لا تهتم بي.

يقول الرجل: بالطبع أنا أهتم بك، لماذا إذاً أحاول إيجاد حلاً للمشكلة؟

بالنسبة للرجل فإنه يبذل مجهوداً كبيراً لإيجاد الحل المناسب للمشكلة وإن النتيجة الطيبة ستعم على كليهما. وهذا بحد ذاته نوع من الاهتمام بها.

أما بالنسبة للمرأة فإنها تحاول أن تحظى وتشعر باهتمام الرجل وعطفه المباشرين وليس من خلال حل الرجل للمشاكل بمفرده.

٤ ـ عندما تقول المرأة: أنا أشعر إني غير مهمة بالنسبة لك؟

يقول الرجل: هذه سخافة. بالطبع أنت مهمة بالنسبة لي.

بالنسبة للرجل فإن انشغاله الفكري بإيجاد حلاً للمشكلة معناه التخلص من بعض المنغصات وإحلال السعادة بدلاً من التعاسة. وذلك طبعاً ليس بالنسبة له وحده، بل إن تلك السعادة ستكون من نصيب الاثنان. وهذا يعني أن المرأة مهمة بالنسبة له وفي حياته.

بينما تشعر المرأة بأنها متجاهلة من قبل الرجل وإنها غير مهمة بالنسبة له، ما تريده المرأة هو اهتمام الرجل المباشر بها.

٥ ـ عندما تقول المرأة: أنت إنسان عديم المشاعر.

يقول الرجل: لم تقولين ذلك؟ لمن إذاً أنا أدمّر أعصابي وأجهد نفسي؟

بالنسبة للرجل فإنه يشعر إن المرأة شديدة النقد وكثيرة الطلبات. أمامه مشكلة وإن واجبه يحتم عليه أن يجد حلاً لها. هل هذا جزاء الإحسان وشكره على ما يبذله من جهود! إنها فعلاً امرأة لا تقدّره ولا تقدّر مجهوده ولا تقدّر ما يفعله لكليهما.

كي يتجنب الرجل والمرأة مثل هذه المواقف وما قد ينتج عنها من مشاكل، فعلى المرأة أن تتذكر دائماً أن الرجل وفي حالة الإرهاق والتعب يود الهدوء والراحة ولا يرغب في الكلام إطلاقاً. هذه هي طبيعته ولا يمكن لها أو لغيرها أن يغيرها أو يعدلها.

وكذلك على الرجل أن يتذكر دائماً أن المرأة وفي حالة التعب والإرهاق ترغب في الكلام للترفيه عما في خاطرها ومن ثم الشعور بالراحة. هذه هي طبيعتها ولا يمكن له أو لغيره أن يغيّرها أو يعدلها، طبيعتان مختلفتان وليس هناك أي أمل أو رجاء في التغيير.

على كل من الرجل والمرأة أن يفهما ذلك تماماً ويقبلاه ويحترماه وأن يتعاملا معه بإسلوب عملي وعقلاني. وأن يبتعدا عن سوء فهم تصرف بعضهما

البعض وأن لا يأخذا الأمور بشكل حساس أو شخصي. فعندما لا يتكلم الرجل، فإن على المرأة أن تفهم إنه متعب ويحتاج إلى بعض الراحة والهدوء. وإن واجبها أن توفر له ذلك وإلا فإن النتيجة لن تكون سارة. وكذلك فعندما تتكلم المرأة عن مشاكل فإن على الرجل أن يفهم إنها في تلك اللحظة تحتاج إلى أن ترفه عن خاطرها كي ترتاح، وإن واجبه أيضاً أن يوفر لها ذلك وإلا!؟.

تتعامل المرأة مع مشاكلها اليومية بالكلام:

عندما تكون المرأة مرهقة وتفكر بمشكلة ما أو عدة مشاكل فإنها تلقائياً وبدون أي تفكير تشعر بالحاجة إلى إيجاد شخص يستطيع أن تتكلم معه/ معها حول المشاكل التي تعاني منها حالياً أو حتى المشاكل المحتملة والتي قد تفرزها المشاكل الحالية.

ومن طبيعة المرأة إنها وعند كلامها عن عدة مشاكل فإنها تبدأ بذكر تلك المشاكل وبدون إعطاء أية أولوية للمشاكل، فهي تتطرق إلى المشاكل بصورة عشوائية وبدون ترتيب. وفي هذا الوقت وفي مثل هذه الحالة فإن المرأة ليس هدفها إيجاد الحل المناسب للمشكلة أو المشاكل كل ما تريده المرأة هو التعبير عما في داخلها والترفيه عن خاطرها وبالتالي الشعور بالراحة.

عندما يكون الرجل محاطاً بأكثر من مشكلة واحدة نراه يركز على واحدة منها ويبذل كل جهوده في التفكير ليجد الحل المناسب. يقوم الرجل بكل ذلك وهو صامت لا يتكلم، بينما نرى المرأة والتي تمر بنفس موقف الرجل تفكر في جميع هذه المشاكل في آن واحد وتفكيرها هذا لا يكون بصمت مثل الرجل، بل إنها تفكر وتتكلم في نفس الوقت. هذا هو الأسلوب الذي يريحها. **يفكر الرجل بصمت، وتفكر المرأة بصوت مسموع.**

ولكي تشعر المرأة بالراحة فإنها لا تتكلم عن المشاكل الآنية فقط، بل إنها تبدأ بالكلام عن مشاكل حصلت في الماضي وكذلك عن المشاكل التي من الممكن أن تحصل في المستقبل. وبالرغم من كلامها عن كل هذه المشاكل

فنراها لا تركز ولا تلمح إلى رغبتها في إيجاد أي حل لأي من تلك المشاكل. المهم بالنسبة للمرأة هو «الكلام عن المشاكل وليس إيجاد الحل». هذه هي طريقة المرأة في تعاملها مع المشاكل وإذا حاولنا أن ننكر عليها ذلك، فإننا ننكر عليها ذاتها وكيانها.

ومن الفوارق بين الرجل والمرأة في هذا المجال أيضاً هو أن المرأة وفي حالة وجود مشاكل تحاول العثور على شخص يستمع شكواها ويتفهمها، وعندما تجد الشخص المناسب تنطلق بالكلام عن المشاكل الحالية والمتوقعة. وهنا إن لم تجد المرأة الراحة الكافية التي تبحث عنها فنراها تبدأ بذكر مشاكل أناس آخرين ليس لهم أية علاقة مباشرة بمشاكلها هي. تذكر مشاكل أصدقاء وأقرباء أو حتى مشاكل كانت قد مرت عليها من خلال روايات أو كتب التاريخ.

موقف الرجل من كلام المرأة هذا:

عندما تبدأ المرأة بالكلام عن مشاكلها وبأسلوبها الخاص، ينزعج الرجل ويتضايق كثيراً لذلك، فهو ساعتها يظن أن المرأة تحاول ومن خلال تلك الشكاوى أن تضع اللوم عليه، وكلما استمرت المرأة في كلامها وشكواها كلما زاد الرجل انزعاجاً وتضايقاً.

لا يعلم الرجل آنذاك أن المرأة عند كلامها عن المشاكل وتذمرها هي مجرد وسيلة لإيجاد الراحة ولا تقصد أبداً أن تضع اللوم عليه. وكذلك لا يعلم الرجل إن المرأة وبعد الانتهاء من كلامها عن المشاكل ستشعر بالراحة. كل ما هو مطلوب من الرجل التحلي بالصبر والإصغاء وعدم فهم الموضوع على إنه محاولة من المرأة لإثبات تقصيره ومن ثم إدانته. أبداً، إنها لا تقصد ذلك. فهو لا يزال بالنسبة لها ذلك الرجل الذي أحبّت ووافقت على الزواج منه.

في عالم الرجال فإن الرجل عادة ما يتكلم عن مشاكله لسببين رئيسيين فإنه إما أن يحاول وضع اللوم على شخص آخر وبذلك يتخلص هو من المسؤولية والملامة أو إنه يحاول أن يحصل على المشورة والنصيحة. ومن هذا المنطلق

ومن هذا المبدأ فعندما تبدأ المرأة بالكلام عن المشاكل فإن الرسالة المستوحاة للرجل من شكواها هي إما إنها تحاول أن تضع اللوم عليه «إتهامه بالتقصير». وعندها يستل سيفه ويخرجه من غمده ويحاول الدفاع عن نفسه. أو إذا كانت شكواها بسيطة وليست ذات أهمية كبيرة فإن المفهوم بالنسبة له هو إن المرأة تطلب منه النصيحة والمشورة. وهنا نرى الرجل يتربع على عرش السلطنة والحكم ويبدأ بإخراج ما في جعبته من نصائح وإرشادات وحكم ويحاول جاهداً أن يثبت للمرأة إن ما يقوله فيه الشفاء المضمون والحل المناسب.

وفي كلا الحالتين فإن تركيز الرجل منصب على ما يفكر به هو شخصياً وليس لديه أي استعداد لسماع ما قد تحاول المرأة قوله. المهم بالنسبة له هو إيصال تلك الرسالة للمرأة.

ما الذي يحصل عندما يبدأ الرجل بتقديم النصائح للمرأة؟ عندما يبدأ الرجل بالكلام عن النصائح ويسترسل في ذلك نرى المرأة تنتقل إلى مشكلة أخرى. وإذا استمر الرجل في وعظه وخطبته نراها تنتقل إلى مشكلة أخرى، تستمر المرأة بالتنقل من مشكلة إلى أخرى طالما صاحبنا الرجل يبقى مستمراً فيما هو عليه ولا يتوقف.

وبعد أن يقدم الرجل عدداً من النصائح يحاول أن يتعرف على حالة المرأة النفسية. هل فهمت واستوعبت نصائحه أم لا؟ هل كان لنصائحه أي مفعول؟ هل وجدت الحل المناسب وستأخذ به؟ المصيبة هي عندما يلاحظ وبعد كل النصائح والجهود المبذولة أن حالة المرأة النفسية إما إنها لا زالت كما كانت في السابق أو إنها زادت سوءاً!!.

يزداد الرجل غضباً ويجن جنونه ويشعر ساعتها أن المرأة قد رفضت كل ما قاله ولم تكترث لا به ولا بآرائه ونصائحه. ونراه بعد ذلك يبدأ بالدفاع عن نفسه وعن آرائه وقد يبدأ بالتهجم على المرأة ويتهمها باتهامات هي بريئة منها.

ما يدفع الرجل هنا إلى الدفاع عن نفسه هو توقعه أن المرأة ستستمع

لدفاعه وستفهمه، وبعد ذلك تهدأ وترتاح وتتوقف عن الكلام عن المشاكل.

هل تهدأ المرأة عند سماعها دفاع الرجل؟ طبعاً لا. فكل ذلك الدفاع لا أهمية له ولا معنى. فهي لم تتهمه بأي شيء أصلاً ولم تحاول أن تضع أي لوم عليه. لذلك فإن الدفاع هذا ليس في محله ولا ضرورة له وكل المجهود الذي بذله الرجل كان عبثاً وذهب أدراج الرياح.

كل ما كانت المرأة تريده من خلال كلامها عن المشاكل هو «استماع الرجل لشكواها» هذا كل ما تريده المرأة. لذلك فكلما أطال الرجل في دفاعه عن نفسه زاد غضب المرأة!! **لذلك فإن الرجل الذكي والمتفهم لطبيعة المرأة هو الرجل الذي يلتزم جانب الصمت ويسكت، وكل ما يفعله هو الاستماع للمرأة وشكواها**. وإن ذلك كفيلاً بإراحة المرأة وتهدأتها.

يغضب الرجل أيضاً عندما تبدأ المرأة بالشكوى من أمور خارجة عن نطاقه، أشياء ليست بمقدوره أن يغير فيها ولا يمكن له حلها «لا حول ولا قدرة». مثل قولها:

- إن راتبي الشهري قليل ولا يكفي.
- صحة عمتي فلانة تتدهور يوماً بعد يوم.
- بيتنا صغير بالنسبة لعدد أفراد الأسرة.
- صيف هذه السنة حار جداً وجاف. متى سينزل المطر؟
- حالتنا المادية ضعيفة وإن دخلنا الشهري قليل.
- برامج التلفزيون سخيفة وليس هناك أي متعة فيها.
- الإصلاحات الجارية في الشارع العام مزعجة وتسبب لي الصداع.

عندما تكون المرأة متضايقة ومتذمرة فإنها قد تبدأ بالشكوى وتذكر بعض الأمثلة السابقة أو أشياء أخرى مشابهة. تقول ذلك وهي تعلم جيداً إن تلك المشاكل خارجة عن نطاقها وعن نطاق الرجل ولا يمكن معالجتها والتغلب عليها. فهي تقولها لتنفس عما في خاطرها وتحاول الحصول على الراحة، إذ إن

راحتها في الكلام. وترتاح أكثر لو إن الرجل استمع إليها وشاطرها الرأي من باب المواساة فقط لا أكثر، وابتعد عن العصبية واللجوء عن الدفاع عن نفسه أو تقديمه للنصائح.

ومن الأمور التي تزعج الرجل أيضاً وتجعله يفقد صبره وفوران دمه وارتفاع ضغطه هي عندما تتكلم المرأة عن مشكلة ما ـ والتي هي أصلاً تزعج الرجل ـ تقوم المرأة بذكر تفاصيل دقيقة ليست لها أهمية بالنسبة للرجل.

عندما تبدأ المرأة بسرد هذه التفاصيل، يقوم الرجل بالاستماع إليها على مضض بالرغم من إنه يظن وقتها أن المرأة بذكرها لهذه التفاصيل إنما تحاول أن تعطيه صورة مفصلة للمشكلة أملاً أن يجد هو الحل المناسب لها!! لذلك يقوم الرجل وقتها بدراسة هذه التفاصيل ووضعها في صورة واحدة وفي إطار واحد ويحكّم جانب العقل والمنطق لإيجاد حلاً لتلك المعضلة!!! وبالتأكيد فإنه بعد ذلك يبدأ بطرح الحلول المناسبة. وعندما يلاحظ عدم اكتراث المرأة بما تمخّض عنه تفكيره وعدم تجاوبها معه، نراه يفقد أعصابه و. . .

وما يغيظ الرجل أكثر ويجعله يفقد صوابه هو أن الرجل وبطبيعته يحب الاختصار والوصول إلى صلب الموضوع. ولكن عندما تبدأ المرأة بالحديث عن المشكلة وتتطرق إلى كل التفاصيل الدقيقة، **فجأة تترك الحديث عن تلك المشكلة وتنتقل للحديث عن مشكلة أخرى** وتسترسل في الكلام. هذا ما يثير جنون الرجل ويجعله يتصرف تصرفاً لا يسر المرأة. ما يشعر به الرجل في مثل هذا الموقف هو إن المرأة التي أمامه هي امرأة جوفاء وخالية من أي منطق أو عقل وهي ثرثارة كثيرة الشكوى وتحاول وبتعمد أن تحطم أعصابه وترسله إلى مستشفى المجانين.

بعد كل هذا فالسؤال هو: هل يمكن للرجل والمرأة أن يتعايشا بسلام؟! الجواب هو وبالتأكيد نعم. فيمكن للرجل والمرأة أن ينعما بسلام وسعادة إذا أيقنّا أن هذه الاختلافات بينهما هي حقيقة ثابتة ومن ثم حاولا فهمها واحترامها

وتعايشا معها. فإذا وضع الرجل دائماً في الحسبان أن المرأة لها طريقتها الخاصة في التعامل مع الإجهاد والتعب والمشاكل وهي تختلف عن طريقته، وكذلك فإذا وضعت المرأة في الحسبان أن الرجل له طريقته الخاصة في التعامل مع الإجهاد والتعب والمشاكل وهي أيضاً تختلف عن طريقتها. عندها يمكن أن تهدأ أعصابهما ويرتاحا وينعما بسلام.

الفصــل الرابــع

التشجيع المتبادل بين الرجل والمرأة

تشجيع الجنس الآخر

يحس الرجل بالحماس والقوة والتشجيع إذا شعر بأن المرأة بحاجة إليه، وكلما زاد عنده ذلك الشعور، فإن حماسه وتعلقه بالمرأة يزدادان.

أما إذا شعر الرجل بأن المرأة لا تحتاج إليه، فإن حماسه ذلك يقل ويقل ويذبل وبالتالي تموت تلك العلاقة بينهما. قد يستغرق ذلك وقتاً طويلاً أو قصيراً إلا أن النتيجة حتمية.

أما المرأة فإنها تحس بالحماس والقوة والتشجيع والتعلق بالرجل وذلك عندما تشعر بأن الرجل يعزها ويقدّرها، وكلما زاد عند المرأة ذلك الشعور، فإن حماسها وتعلقها بالرجل يزدادان. وإذا شعرت المرأة بأن الرجل لا يعزها ولا يقدرها، فإن ذلك الحماس يقل ويقل ويذبل وبالتالي تموت تلك العلاقة بينهما. والنتيجة هنا أيضاً حتمية.

هذه هي الطبيعة الغريزية عند كلا الجنسين. ومن خلال معرفتنا لهذه الحقيقة الثابتة يتمكن كل من الرجل والمرأة أن يتصرفا بطريقة تجلب الشعور الذي يقوي العلاقة بينهما ويجعلهما يشعران بالقرب من بعضهما البعض أكثر من السابق ويبعد عنهما شعور النفور والاستياء وعدم الراحة.

عندما يحب الرجل المرأة:

ينشأ الطفل في المجتمع ويتربى على المفاهيم والقيم المحيطة به سواء كانت في المنزل أو في الخارج، يتربى ذلك الطفل وهو يكوّن شخصيته، تلك الشخصية المستقاة من المفاهيم والقيم والأهداف المحيطة به والسائدة في ذلك المجتمع الذي يعيش فيه. وأثناء ذلك تنمو في داخله قيم ومفاهيم «الرجولة».

بينما تنمو الطفلة وتنمو في داخلها قيم ومفاهيم وأهداف الأنوثة. وطبعاً فإن هذه القيم والمفاهيم والأهداف تختلف اختلافاً تاماً وجوهرياً عما عند الطفل.

عندما يكبر ذلك الطفل ويصل إلى سن المراهقة، فإنه في تلك المرحلة يكون قد نشأ وتربى على المبدأ القائل «الحياة عبارة عن كفاح مستمر وإن البقاء فيها للأفضل». كما إن الحياة عبارة عن مشاكل مستمرة تحتاج إلى حلول وعليه أن يكون على قدر المستوى الذي يمكنه من التعامل مع تلك المشاكل والقابلية على حلها.

وبإختصار فإن الحياة بالنسبة له عبارة عن مباراة مبنية على مبدأ «الفوز والخسارة». وفوزه أمراً لا بد منه، وطبعاً ولكي يفوز هو فإنه لا بد من وجود شخص آخر يمنى بخسارة.

وبالنسبة لذلك الولد والذي قد تربى على مبدأ «الرجولة» فإن خسارة الآخرين لا تهمه أبداً وإن كل ما يهمه هو ذلك الفوز الذي يصبوا إليه ويكافح من أجله، وعند تحقيقه لذلك النجاح فكل ما يشعر به هو نشوة ذلك الانتصار ولا يخطر بباله تعاسة وألم ذلك الإنسان الذي خسر نتيجة لانتصاره هو. هذا الطبع والأسلوب في التفكير يلازم ذلك الشخص طيلة حياته ويصبح سمة من سماته.

في مرحلة المراهقة يبدأ ذلك الولد الذي تربى على قيم الرجولة بالبحث

عن شخص آخر يشاركه حياة خالية من التنافس والصراعات، شخص آخر يمكنه من أن يقضي معه أوقات تتسم بالهدوء وراحة البال وعدم التفكير بذلك المعترك. ومن البديهي جداً فإن ذلك الشخص لا يمكن أن يكون من أبناء جنسه. لا يمكن أن يكون ذكراً مثله إذ إن تجربته مع أبناء جنسه من الذكور كانت مليئة بالمنافسة والصراع. إذاً لا بد وأن يكون ذلك الشخص من الجنس الآخر، لا بد وأن تكون فتاة.

وعندما يلتقي الشاب بالفتاة المناسبة نراه عندها يتغير تغيراً كبيراً ويتحول تفكيره من الفوز الأحادي المنفرد إلى فوز جماعي يضم أكثر من شخص واحد، فوز يشمله ويشمل تلك الفتاة.

كيف تبدأ تلك العلاقة؟

تبدأ العلاقة بين الشاب والفتاة عندما تعطي الفتاة الضوء الأخضر لذلك الشاب المعجب بها. والضوء الأخضر هو عبارة عن نظرة، نظرة تقول الفتاة من خلالها للشاب إنها تحتاج إليه في حياتها.

عندها ومن خلال تلك النظرة يفهم الشاب إن الفتاة تحتاج إليه، وإلى قوته، وإنها تجد سعادتها في ذلك. وبما إنه يطمح إلى تلك العلاقة ويشعر إن ذلك سيسعده، فالنتيجة هي سعادة الطرفين، سعادته هو وسعادتها.

الفتيات وبصورة عامة يعرفن كيف يرسلن تلك النظرة والتي هي عبارة عن دعوة أو رسالة، ففي البداية تلقي الفتاة نظرة سريعة على الشاب، تلك النظرة تحاكي الشاب وتقول له إنه هو الذي سيجلب للفتاة السعادة وإنه فارس أحلامها.

هذه النظرة السريعة الخاطفة هي التي تبدأ العلاقة بينهما إذ إنها تشجعه على الاقتراب من الفتاة وتهوّن عليه مخاوفه. مخاوف الرفض وعدم القبول. وبعبارة أخرى «الفشل». هنا يتغير تفكير الشاب وتتغير نظرته إلى الحياة من خلال تلك العلاقة، وتصبح الحياة بالنسبة له فوز/ فوز بدلاً من فوز/ خسارة.

يتغير تفكيره من «أنانية وحب الذات» إلى «المشاركة» مشاركة الحب والعطف وشعور التضحية وتقديم الآخرين على نفسه، شعور جديد وعظيم، ينمو ذلك الشعور ويكبر في داخله ويدفعه إلى أن يكون «الأفضل في خدمة الآخرين». يفتح الشاب قلبه للحب وعندها يشعر أنه قادر على مجابهة كل التحديات مهما كان حجمها ومن ثم التغلب عليها.

في هذه المرحلة يبدأ الشاب بالاهتمام بالفتاة كاهتمامه بنفسه. إنه شعور جديد لم يمر به الشاب من قبل إذ إن حياته في السابق كانت عبارة عن صراع ومباريات تنتهي دائماً إما بالفوز أو الخسارة.

هذه الفترة تعتبر مميزة جداً في حياة الشاب، وخلالها يحاول الشاب ويبذل كل جهوده من أجل جلب السعادة إلى قلب تلك الفتاة التي أحبها واختارها، فنراه يقوم بأعمال جديدة لم يقم بها من قبل ونرى اهتمامه بنفسه وبمظهره وسلوكه واضحاً أكثر من السابق. يحاول الشاب أن يترك أثراً مميزاً وواضحاً في حياتهما.

يستمر ذلك العطاء والاهتمام طالما هناك تجاوب وتقدير من قبل الفتاة للشاب ولمحاولاته، أما إذا شعر الشاب بأنه ليس هناك تقدير أو تجاوب من قبل الفتاة وإن جهوده تلك تذهب أدراج الرياح فإن حماسه يقل ويضعف ويبدأ تدريجياً بفقدان نشوة ذلك الشعور العظيم وبالتالي يصل إلى مرحلة اليأس والانسحاب والتخلي عن تلك العلاقة. فمن الصعب جداً على الشاب أن يستمر في علاقته مع فتاة لا تشعره بأنها تحتاج إليه في حياتها إذ إن مهمة إسعاد المرأة التي يحبها الرجل تعتبر أمراً أساسياً في حياته. وإذا وصلت الحالة بين الشاب والفتاة إلى مرحلة الهوان وأصبحت على وشك التلاشي، فإن الشي الوحيد الذي يمكن إحياءها هو شعور الشاب بحاجة الفتاة إليه. هذا هو الشيء الوحيد الذي يؤثر على الشاب وعلى تفكيره في هذا المجال.

عندما تحب المرأة الرجل:

مثلما ينشأ الطفل ويتربى على قيم ومفاهيم وأهداف معينة يبدأ بممارستها وتكون واضحة على تصرفاته عند الكبر، كذلك فإن الطفلة تنشأ وتتربى على قيم ومفاهيم وأهداف معينة «تختلف عن تلك التي تربى عليها الطفل» وتبدأ أيضاً بممارستها عند الكبر.

عندما تكبر تلك الطفلة الصغيرة وتصبح فتاة شابة تتغير نظرتها إلى ما حولها، فتبدأ بالنظر إلى ذلك الشاب على أنه شخص تحتاج إليه في حياتها. شخص من جنس آخر غير جنسها وتتوقع منه أن يهتم بها ويقدّر أنوثتها ومفاتنها ويحترمها لذاتها. شخص تحب أن تكون معه وبصحبته.

بالنسبة للفتاة فإن تلك الصحبة معناها السعادة والنعيم إذ إنه من خلال تلك الصحبة تتمكن الفتاة من ممارسة تبادل المشاعر العاطفية والمودة ومن ثم التقرب إلى الشاب. وكذلك فإنها ستجد شخصاً يستمع ويصغي لكلامها.

تشعر الفتاة آنذاك بأنها محبوبة وأنها تستحق ذلك الحب من قبل الشاب، وشعورها هذا يجلب لها الكثير من الراحة والسعادة.

هل هناك تأثير لنشأة الفتاة على تعاملها مع الشاب؟ الجواب هو وبكل تأكيد «نعم» إذ إنها نشأت بين مجموعة من البنات مثلها، والبنات وبطبيعتهن يحببن الكلام والإصغاء والمواساة. هذا هو الأسلوب الذي تكون الفتاة قد تعودت عليه ومارسته طيلة تلك السنوات قبل التقائها بالشاب. أما الآن فهي ترغب بمعاشرة شخص آخر وله مزايا تختلف عن تلك التي عند مثيلاتها من البنات تريد شخصاً يهتم بها ويجعلها تشعر إنها إنسانة خاصة وتستحق الخدمة والاحترام والتقدير. يجعلها تشعر بالحب والسعادة وبدون حاجتها إلى العطاء الكثير، نعم فقد وصلت إلى تلك المرحلة من عمرها وهي في أشد الحاجة إلى أن تشعر بذلك الشعور، ومن الطبيعي جداً إنها سوف لن تجد ذلك من فتاة مثلها. فمن إذاً يمكن له أن يجعلها تشعر بذلك؟ إنه وبكل تأكيد «الرجل».

يختلف العطاء من حيث الكم والنوعية عند الرجل والمرأة ويبدأ ذلك أيضاً عند الطفولة، فالأولاد عند الطفولة نراهم يهتمون بأنفسهم وأمورهم الشخصية اهتماماً كبيراً ولا يعيرون أية أهمية لظروف العائلة، فهم الأولاد هو حصولهم على ما يريدون بغض النظر عن العوائق والموانع. وكذلك نراهم لا يهتمون كثيراً بالظروف التي تعتري العائلة ولا يتعاطفون معها. همّهم الوحيد هو الحصول على ما يريدون وبدون أن يقدموا أي شيء بالمقابل.

أما البنات فنراهن يهتممن بأنفسهن وأمورهن الخاصة وبنفس الوقت يهتممن بشؤون الآخرين، يهتممن بأمور العائلة ويتعاطفن مع ما يعتري العائلة ويحاولن تقديم ما يمكن تقديمه.

وعندما يكبر الاثنان نرى استعداد الفتاة للعطاء أكثر بكثير من عطاء الشاب. فبينما نلاحظ اهتمام الشاب بنفسه وعدم إدراكه لاحتياجات الآخرين من حوله، نلاحظ الفتاة وهي تحاول الاهتمام بنفسها وبمن حولها. وخلال تلك السنوات يشعر كلاً من الولد والبنت بأنهما يقدمان وأنهما بعيدان كل البعد عن مبدأ الأنانية كلاهما يقدم للآخر ما يستطيع تقديمه وعلى طريقته الخاصة.

بمرور السنين يصل الرجل إلى مرحلة يلاحظ فيها إنه قد قدم الكثير، وكذلك تصل المرأة إلى مرحلة تلاحظ إنها قدمت الكثير وما حصلت عليه أقل مما تستحق. وهنا تتعلم المرأة أسلوباً جديداً في موضوع العطاء، تتعلم وضع خططاً جديدة للعطاء بحيث تجلب لها ما تحتاج وما تطمح إليه. العطاء الذي يدر عليها بفائدة تبتغيها.

وضع اللوم:

تستمر المرأة في العطاء والتقديم أملاً في أن يقابل الرجل عطاءها وتقديمها بعطاء وتقديم من جانبه ومن ثم الشعور بالسعادة، ولكن إذا شعرت المرأة بأنها قدمت الكثير وإنها لم تحصل على ما تريد وإنها لا زالت تعيسة فإنها في ذلك الوقت تضع اللوم في تعاستها تلك على الرجل. تشعر آنذاك بالظلم

وعدم الإنصاف. تشعر بأنها قدمت الكثير وإن ذلك التقديم لم يجلب لها تلك السعادة المنشودة. إنها غلطة الرجل إذ أنه لم يقم بدوره في التقديم ولم يقابل عطاءها الكثير بعطاء مماثل. إن ذلك استغلال وظلم وليس هناك أي تكافؤ في العلاقة بينهما، هي الضحية التي تقوم بالتقديم وهو الذي يتنعم بذلك التقديم ولا يقوم بواجبه نحو تلك العلاقة.

هنا قد تكون المرأة فعلاً مظلومة وإنها قدمت الكثير وقامت بأكثر مما يجب وإنها للأسف لم تحصل على ما تستحق وإن الرجل لم يقم بواجباته لإنماء والاعتناء بتلك العلاقة، إلا أنه من الخطأ الكبير أن تقوم المرأة بوضع اللوم على الرجل فقط. إنها أيضاً مسؤولة عن تلك المشكلة وعن ذلك الوضع المزري، نعم، إنها وبكل حسن نية وبدون دراية قد ساهمت في خلق تلك المشكلة الجديدة، لا تستغربي عزيزتي المرأة فإنك ومن منطلق الحب والعناية بالرجل قد ساهمت في تلك المشكلة وكان لك دوراً سلبياً فعالاً وكبيراً.

وبدلاً من وضع كل اللوم على الرجل عليك أن تفكري بالموضوع وتنظري إلى الصورة الكبيرة للوضع القائم بينكما ومن ثم تقرير ما يجب فعله وذلك لمعالجة الموقف بصورة إيجابية وبشكل لا يؤدي إلى زيادة المشاكل بل يجد الحل لتلك المشكلة.

وكذلك بالنسبة للرجل الذي لا يقوم بواجباته ولا يقدم ولا يشارك في إنعاش وتحسين تلك العلاقة بينه وبين المرأة، فإنه ليس له الحق في الاستغراب والتعجب من تصرفات المرأة السلبية تجاهه ولا يحاول وضع اللوم عليها.

في كلا الحالتين سواء بالنسبة للمرأة أو بالنسبة للرجل فإن مبدأ اللوم لا يثمر ولا يساعد على حل المشكلة وتطوير العلاقة. فالحل في تطوير تلك العلاقة لا يكمن في الملامة بل إنه يكمن في التفاهم الودي والثقة والعطف والمساندة وقبول واحترام بعضهما البعض. هذه هي الأسس الصحيحة والمقومات الأساسية لتطوير العلاقة وإحلال السعادة بدلاً من تصعيد الموقف

وتأزيم المشكلة، ذلك الموقف الذي قد يجر إلى الويلات وإلى وجع الرأس.

عند حصول مشكلة ما بين الرجل والمرأة فبدلاً من أن يقوم الرجل بوضع اللوم على المرأة ويبدأ بصب غضبه ونار حممه على المرأة ويطلق الكلمات الجارحة والتي تسبب الإهانة وجرح المشاعر عند المرأة، بدلاً من كل ذلك يمكن للرجل أن يكون أكثر تفهماً وأكثر عطفاً ويبدي استعداده لحل تلك المشكلة ويبتعد عن إيجاد الأسباب التي تساعده على وضع اللوم على المرأة وإظهارها بمظهر غير لائق. عليه أن يتذكر أن تلك المرأة التي أمامه هي نفس المرأة التي أحبها ووقع في غرامها وقرر الاقتران بها. إنها نفس المرأة التي أحبته ووافقت على الزواج منه، إنها وبلا شك تحبه وتستحق منه المساعدة والرعاية بدلاً من اللوم وعدم الاحترام. عليه في هذا الموقف أن يحاول الاستماع لها ولشكواها ومهما كان أسلوب المرأة في تلك الشكوى، حتى ولو كان في تلك الشكوى نوع من محاولة وضع اللوم عليه. شكوى المرأة هنا هي محاولة منها لإيجاد نوع من الراحة هذه هي طريقة المرأة في الترفيه عن خاطرها، إنها طبيعة بشرية نسائية وعليه فإن استماع الرجل للمرأة وشكواها يجعلها تشعر بالراحة وكذلك يجعلها تشعر باهتمام الرجل بها وبالتالي فإن ذلك يعيد إليها ثقتها بنفسها وتفتح قلبها للرجل من جديد.

وأيضاً بالنسبة للمرأة في حالة حصول مشكلة ما، فبدلاً من كيل اللوم على الرجل وإطلاق الاتهامات الجارحة والتي تدل على إهمال وتقصير الرجل في واجباته تجاهها واتجاه الأسرة «أو مهما كان نوع المشكلة» بدلاً من كل ذلك عليها أن تتذكر أن ذلك الرجل هو فارس الأحلام الذي أحبته ورأت فيه الخصال الجيدة المناسبة لها ووافقت على الاقتران به، عليها أن تعفو وتصفح وتتقبل الرجل على الوضع الذي هو عليه. تعفو وتصفح عن أخطائه وتؤمن أنه لا بد وأن سيأتي اليوم الذي ينتبه فيه الرجل إلى تقصيره وإهماله ويقوم بتصحيح ذلك الموقف ويبدأ بالقيام بواجباته. على المرأة أن تؤمن بذلك وتحاول مساعدة الرجل على الوصول إلى تلك النقطة، تشجعه على العطاء وإذا قام بذلك فإن

خير ما تفعله هو إظهار سعادتها بما قام به الرجل من أجلها ومن أجل الأسرة. تذكري عزيزتي المرأة إن سر العطاء عند الرجل هو «إعجاب المرأة بالرجل وسعادتها بما يقوم به من أجلها» فكما نعلم فإن الرجل يشعر إنه مخلوق لإسعاد المرأة وإن ذلك هدفاً أساسياً عنده فلم لا تحاولي استغلال تلك النقطة والحصول على ما تريدين بدلاً من خلق مشكلة جديدة إضافة إلى عدم حصولك على منالك!!.

وضع الحدود واحترامها:

تعتري الحياة الزوجية أحداثاً يومية كثيرة وبمرور الأيام والشهور والسنين نرى تكدس وتجمع تلك المشاكل وقد تصل إلى درجة أنها تشكل تلالاً وجبالاً يصعب إزالتها ونتيجة لذلك تنقلب الحياة بين الرجل والمرأة من نعيم إلى جحيم ومن ثم يصبح استمرارها مستحيلاً وبالتالي تصل الأمور إلى النهاية المحزنة، الطلاق البغيض الذي يدمر حياة الطرفين والأسرة معاً. ما الذي سبب كل تلك المشاكل عبر تلك الأيام والسنين؟ هل بنيت تلك العلاقة على وهم وسراب؟ هل كان الاختيار خاطىء وغير موفق؟ ألم يتعرفا على بعض قبل البدأ بتلك العلاقة؟ هل فكرا في مصيرهما قبل الموافقة على الزواج؟

الجواب في الغالب هو أن تلك العلاقة لم تبن على وهم وسراب ولم يكن الاختيار خاطىء وإنهما تعرفا على بعض قبل الموافقة على الاستمرار بتلك العلاقة وفكرا ملياً بمصيرهما مستقبلاً. إلا إن الأيام والسنين أفرزت بعض المشاكل اليومية، وهذه المشاكل طبيعية جداً وسببها هو بسيط جداً، إنه «الاختلاف السايكولوجي الطبيعي بين المرأة والرجل».

وعندما لم ينتبه أي من الرجل والمرأة لتلك الحقيقة ولم يحاولا التعامل مع تلك المشاكل وحلها في الوقت المناسب، ولم ينظر أي منهما إلى تلك المشاكل نظرة موضوعية وفهمها على إنها ظاهرة طبيعية لا بد من حصولها ولم يحاول أياً منهما تصحيحها، نرى العلاقة قد ساءت بينهما ووصلت إلى درجة

أصبح من المستحيل العيش معها وإن الطلاق هو الحل الوحيد للتخلص من ذلك الجحيم.

لننظر إلى القصة الحقيقية التالية والتي توضح بعض النقاط المهمة والتي على كل من الرجل والمرأة الانتباه لتلك النقاط خلال حياتهما اليومية. القصة حقيقية إلا إن الأسماء المذكورة هنا ليست حقيقية إذ أن القصة قد حدثت في العالم الغربي والأسماء ليست عربية. عندما بلغ أيمن سن الزواج بدأ بالبحث عن الفتاة المناسبة له بقصد الزواج، وبعد البحث عثر عليها، إنها نجاة، إنها الفتاة التي يتوقع أن يقضي معها حياة ملؤها السعادة والهناء وراحة البال. حياة خالية من تلك المشاكل التي قد عاشها وتعود عليها وعلى التعامل معها يومياً!!.

تعرفا على بعض وكان هناك فترة خطوبة حاول كل منهما التعرف أكثر على الآخر، وأخيراً وافق الطرفان على الزواج.

تم الزواج وعاشا مع بعض وتحت سقف واحد لمدة عشر سنوات. وطبعاً فإن حياتهما مع بعض كانت اعتيادية مثل بقية الناس، حياة فيها أحداث سعيدة وأحداث من النوع الآخر، مشاكل تختلف في نوعها وحجمها، إنها حياة طبيعية.

استمرت الحياة بينهما على هذا المنوال طوال ذلك الوقت وبعد ذلك ساءت العلاقة بينهما ووصلت إلى درجة لا تطاق وكان الحل الوحيد هو الطلاق؟.

لم يكن ذلك القرار يسيراً، إذ إنه سينهي علاقة وعِشرة استمرت عشر سنوات إلا أن ما دفعهما إلى ذلك هو اقتناعهما الكلي بإستحالة العيش مع بعض، وإذا استمرا في تلك العلاقة فإن ذلك وبالتأكيد سيؤدي إلى أن يفقد أحدهما أو كلاهما عقله، ولكي يحتفظا بسلامة عقلهما فإن الطلاق هو الحل الأمثل والوحيد.

قرر الزوج أيمن القيام بمحاولة أخيرة لإنقاذ ذلك الزواج والذي كان على وشك الانهيار. قرر الاستعانة بخبرة أحد الأطباء النفسيين عل وعسى أن تحصل تلك «المعجزة». وبعد عدة محاولات منه لإقناع نجاة للذهاب معه إلى عيادة الدكتور سامي النفسية، وافقت وذهبا معاً.

استمع الدكتور سامي إلى المشكلة من وجهة نظر كل منهما، وبعد دراسة الموضوع توصل الدكتور سامي إلى الأسباب الحقيقية والعلة الخفية لتلك الحالة التي كان الزوجان يعانيان منها، إنها وبكل بساطة العلة الشائعة والمنتشرة بين الأزواج، إنها ما تسميه «الكبت». نعم، ذلك الكبت الذي استمر لسنوات طويلة وبعد ذلك سبب انفجاراً مدوياً كاد أن يطيح بتلك العلاقة ويمزقها. ذلك الكبت الذي أوصل كلاً منهما إلى القناعة باستحالة التحمل واستحالة الاستمرار بالعيش مع بعض. فالمشاكل التي حصلت خلال تلك السنوات والتي لم يحاولا التعامل معها بالأسلوب العلمي الصحيح وفي الوقت المناسب ومن ثم التغلب عليها، تراكمت وتكدست وأصبحت بشكل جبالاً شاهقة سدّت عليهما منافذ الحياة وحجبت عنهما شمس السعادة وجعلتهما يشعران أن الوقت قد حان للتخلص منها وذلك عن طريق إنهاء تلك العلاقة. نصيحة الدكتور سامي كانت تحتوي على عدة توصيات:

١ - على الزوج أيمن أن يحاول الاستماع إلى زوجته نجاة عند كلامها إليه أو التشكي، إنه أمر ضروري جداً حيث إن الزوجة تجد الراحة النفسية عندما تتكلم وتلاحظ إن زوجها منتبهاً لما تقوله. وكذلك فإن استماع الزوج لزوجته ولما تقول يتيح له الفرصة ويساعده على فهم كلامها وعلى المعاناة الحقيقية عندها، ومن ثم يحاول الزوج التعامل مع تلك المشكلة والتغلب عليها.

هذه التوصية كانت أصعب مرحلة في العلاج إذ إن الرجال وبطبيعتهم لا يحبون الاستماع إلى كلام النساء وذلك لاختلاف ذلك

الأسلوب عن أسلوب الرجل الذي تعوّد عليه. عدم رغبة الرجل في الاستماع إلى كلام المرأة لا يدل أبداً على عدم حبه لها أو عدم رغبته في مجلسها ومعاشرتها. أبداً، فعدم حبه نابع عن اختلاف الأسلوبين إذ إن الرجل لا يحب الإطالة ولا ذكر التفاصيل الدقيقة والتي ليس لها تأثيراً كبيراً على المجرى العام للموضوع ولا يحب المقدمات المطولة «فشعار الرجل هو: لندخل في الموضوع وتفاصيله» بينما تحب المرأة الإطالة والدخول في تفاصيل تجعل الرجل يشعر بالملل والضجر.

٢ ـ ضرورة شعور الطرفان بالمسؤولية، فالزوج أيمن قد أهمل زوجته نجاة طيلة تلك السنوات العشر ولم يعاملها بالطريقة والأسلوب الذي كانت تأمله وتتوقعه. تزوجها وبعد ذلك ظن وبطريق الخطأ إنها ستوافق على كل تصرفاته وستتحمل كل ما يبدر منه.

أما خطأ الزوجة نجاة فهو صبرها وتحملها «كبتها» وعدم الإفصاح عما يضايقها وبإسلوب سليم. فكلما صادفت نجاة مشكلة في السابق فإنها إما عبرت عن مشاعرها بإسلوب هجومي أو محاولة إيقاع اللوم على الرجل أو اختيار وقتاً غير مناسباً. وكل ذلك لا يساعد أبداً على حل المشكلة بل يمكن أن يزيد من حجمها ويؤزّم الأمور أكثر وأكثر.

كان المفروض على نجاة أن لا تكتم في نفسها وتصبر، كان المفروض عليها أن تتكلم مع زوجها عن مشاكلها وأن تختار الإسلوب الصحيح والذي يمكن أن يتقبله الرجل ويتجاوب معه. إسلوب الود بدلاً من العراك وعلو الأصوات. إسلوب الشكوى الخالية تماماً من إيقاع اللوم على زوجها، وإسلوب يحاكي الرجل ويوضح حقيقة مشاعر المرأة ويبين التأثير السلبي على نفسيتها.

التفاهم السلبي الخالي من الضجيج والعويل وذلك الدويّ الذي يسبب هيجان أعصاب الرجل ويدفعه إلى ردة فعل معاكسة ومخالفة لما

تطمح المرأة إليه، كان عليها أن توضح لأيمن وبأسلوب ودي ما يمكن أن تتحمله وما لا يمكن أن تتحمله.

٣ ـ أما التوصية الثالثة فكانت ضرورة التطبيق. وطبعاً فإن التطبيق لن يكون بتلك السهولة المتوقعة إذ أنهما أمام مشاكل كانت حصيلة سنوات طويلة إضافة إلى صعوبة تغيير أسلوب التعايش والتعامل القديم فيما بينهما والذي استمر لفترة طويلة جداً.

وافق الطرفان على محاولة إنقاذ تلك العلاقة وعلى بذل الجهود المخلصة في محاولة تطبيق توصيات الدكتور سامي واتباع الأسلوب الجديد، أسلوب الاحترام والإصغاء ومحاولة المشاركة والتفاهم الودي ومناقشة وحل المشاكل بصورة مستمرة وفي الوقت المناسب وعدم تركها تتراكم وتترسب ومن ثم تشكل جبلاً شاهقاً لا يمكن تسلقه. احترام بعضهما البعض وتفهم المواقف، المسامحة وعدم حمل الضغينة والعقاب.

من الأمور التي كانت تشتكي منها الزوجة نجاة هي أسلوب زوجها في الكلام معها، فهو وكباقي معظم الرجال فضّ في كلامه ولا يؤمن بالحوار الهادىء البناء، وأحياناً يصل الأمر إلى أن يرفع صوته عالياً. كذلك فإنه لحوح جداً في طلباته ويتوقع أن تكون طلباته أوامر وأن تقوم زوجته بالتنفيذ حالما يطلب منها القيام بما يريد، ولا يقبل منها أي عذر أو سبب يمكن أن يعطيها الحق في الرفض أو التأخير في تنفيذ طلباته.

أثناء فترة التطبيق وذات يوم بينما كان أيمن ونجاة في البيت يتكلمان في أحد المواضيع، انزعج أيمن وبدأ صوته يعلو وأسلوبه يتغيّر إلى جدل. هنا وبكل هدوء قاطعته نجاة قائلة: «أرجوك أن تتكلم بهدوء وموضوعية بدلاً من الجدل والشجار وإلا فإني سأضطر إلى ترك المكان. وعندما استمر في أسلوبه ولم يغيره قامت نجاة وتركت الغرفة التي كانا فيها».

حصل ذلك مرتين أو ثلاث وبعدها أدرك أيمن أن أسلوبه القديم في

الكلام، أسلوب الخشونة وارتفاع الأصوات لم يعد مطاقاً من قبل زوجته وإنه يسبب المزيد من المتاعب.

والنتيجة كانت انتقال أيمن تدريجياً من أسلوبه القديم في الكلام إلى الأسلوب الجديد، أسلوب النقاش الهادىء والموضوعي. وأصبح التفاهم بينهما أسهل من السابق وكذلك تخلصا من تشنجات الأعصاب وفوران الدم.

وكذلك بالنسبة لطلبات أيمن وإلحاحه في ذلك، فبعد أن أوضحت له نجاة عدم إمكانها تنفيذ طلباته لكونها مشغولة بأمور أخرى آنذاك، انتقل أيمن من حالة الانزعاج وتوتر الأعصاب إلى حالة تفهم الموقف وقبوله.

لاحظت نجاة التغير الذي طرأ على زوجها أيمن وعلى تصرفاته معها، لاحظت عليه تقبل الوضع الجديد والذي جنبهما كثيراً من المشاكل وسهّل عليهما العيش وطبعاً كانت سعيدة جداً بذلك وحل الهدوء على العائلة بدلاً من الشجار والمشاكل.

تعلّم الاستلام والاستقبال:

من الأمور التي تثير الخوف والفزع عند المرأة هي وضع الحدود والاستقبال. ما تخشاه المرأة هو شعور الرجل بأنها كثيرة الطلبات ونتيجة لذلك يبدأ الرجل بالملل والتضجر منها وبعد ذلك يهملها ويرفض طلباتها.

شعور الرفض وشعور الإهمال هذا شعور مؤلم جداً بالنسبة للمرأة إذ إنها وفي اللاوعي تشعر بأنها لا تستحق كل ذلك العطاء من قبل الرجل. هذا النوع من الشعور تكون عند المرأة عند الطفولة وذلك عندما كان واجباً عليها أن تكتم مشاعرها واحتياجاتها ورغباتها.

المرأة ضعيفة وغير محصنة ضد المعتقدات السلبية والخاطئة والتي تولّد لديها الشعور بعدم إمكانية حب الآخرين لها. والمرأة التي عاشت طفولة يائسة تخللتها كثير من المعاناة والإهانات، تكون عند الكبر صيداً سهلاً لذلك الشعور

المؤذي، شعور عدم إمكانية حب الآخرين لها. تقتنع بذلك اقتناعاً كبيراً ويصبح من الصعب جداً إقناعها بعكس ذلك.

هذا الشعور الكامن في اللاوعي عند المرأة يولّد عندها شعور الخوف من الاحتياج للآخرين إذ إنها تشعر باستحالة إمكانية حصولها على ما تريد.

وبما إنها مقتنعة بذلك الشعور اقتناعاً كبيراً، فنراها تبتعد عن طلب العون والمساعدة وتحاول أن تدبر الأمور بنفسها وبدون الحاجة إلى مساعدة الرجل.

وعندما يلاحظ الرجل تجنب المرأة طلب مساعدته فنراه ينزعج كثيراً لذلك ويغضب. والسبب هو اعتقاده الخاطىء بأن عدم طلب المرأة مساعدته كان بسبب عدم ثقتها به وبقدراته.

ومن السخرية أن نعرف أن ما يشجع الرجل على العطاء والاستمرار فيه هو شعوره باحتياج الآخرين له. وعدم احتياج الآخرين للرجل معناه ضرورة توقفه عن العطاء.

تتوقف المرأة عن طلباتها عندما تشعر وبطريق الخطأ إن الرجل مغتاظ لكثرة طلباتها بينما الحقيقة هي إن توقفها عن طلب المساعدة هو الذي سبب إزعاجاً للرجل. توقفت المرأة عن الطلب كي تريح الرجل، وتوقفها هذا هو الذي سبب إزعاج الرجل! يا سبحان الله على سوء الفهم واختلاف الطبائع.

هناك أمراً محيراً وغير مفهوماً عند المرأة، فهي لا تستطيع أن تفهم الفرق بين طلب المساعدة والإلحاح في طلب المساعدة (المطالبة) وتأثير ذلك على الرجل.

فطلب المساعدة بالنسبة للرجل معناه إن المرأة تثق به وتتوقع منه أن يبذل جهوده لتحقيق ذلك الطلب لها، وطبعاً فإن هذا الشعور يقوّي الرجل ويدفعه إلى المزيد من العطاء.

أما الإلحاح في الطلب بالنسبة للرجل فمعناه إن المرأة لا تثق به ولا تتوقع

منه بذل أي مجهود من جانبه لتحقيق ذلك الطلب. وهذا هو السبب الوحيد الذي يدفع المرأة إلى الإلحاح.

ومن البديهي جداً إن ذلك الشعور يزعج الرجل ويدفعه إلى الابتعاد عن المرأة التي لا تثق به وحتى لو إنه حقق للمرأة ما تريد فإنها سوف لن تقدر ذلك الصنيع.

بالنسبة للمرأة فإن حاجتها للآخرين أمر محير، والأتعس من ذلك هو إنها تطلب ولكن النتيجة تكون الرفض وخيبة الأمل. وهذه النتيجة تؤكد ما موجود ومخزون في اللاوعي عندها.

كيف تعلمت المرأة أحقيتها في الاستقبال؟

عوّضت النساء ولمدة طويلة ذلك الشعور ـ شعور عدم الأحقية ـ وذلك بالاهتمام وسرعة تلبية طلبات الآخرين. فالمرأة وبطبيعتها استمرت في العطاء أملاً بأن ذلك سيؤهلها إلى أحقيتها في الاستقبال. وبعد فترة من العطاء بدأشعور الأحقية في الاستقبال ينمو ويكبر. وبما إن المرأة وخلال فترة عطائها كانت تشعر بأحقية الآخرين بالاستقبال، فمن باب أولى أن تكون هي أيضاً أهلاً لعطاء الآخرين لها وبالتالي فإن الجميع رجالاً ونساء أهلاً للعطاء والحب.

تشعر الطفلة بالعزة والتقدير عندما تلاحظ معاملة والدها الطيبة ومساعدته ومساندته لوالدتها. وعند ذلك يتولد عند الطفلة شعور استحقاقها للمساعدة وإنه من السهل والممكن للآخرين أن يحبوها. وهذا الشعور يؤثر في نفسيتها تأثيراً إيجابياً ويساعدها في الإفصاح وعدم التردد عما تريد في حياتها.

من الأمور التي تفرح المرأة وتسعدها هو شعورها بأنها تستحق مساعدة الرجل، وعندها تفسح المرأة المجال للرجل بتقديم مساعدته لها. وتلك المساعدة تغمرها بسعادة بالغة. أما إذا لاحظت المرأة إنها ولسنوات طويلة

أعطت وقدمت الكثير للرجل ولكنه لم يقابل ذلك العطاء بعطاء من جانبه، عندها تقرر المرأة إغلاق الأبواب وتتوقف عن الطلب من الرجل وتعتقد إنه من الأفضل إنهاء تلك الرابطة الزوجية إذ إنها أعطت وأعطت وقد وصلت إلى حالة التعب والإرهاق وآن الأوان إلى إنقاذ نفسها من ذلك الوحش المتمثل بشكل رجل.

على كل من الرجل والمرأة أن ينتبها إلى الحقيقة التالية وأن يعملا بها: على المرأة أن تعلم أن واجبها هو ليس العطاء الدائم والمستمر بدون أي مقابل من الرجل. وعلى الرجل أن يعلم أن عليه احترام المرأة وتلبية متطلباتها. فالعدل مطلوب وواجب بالنسبة للطرفين عليهما أن يستيقظا من سباتهما هذا قبل فوات الأوان.

إذا استيقظ الرجل من سباته العميق وأدرك أن عليه مسؤولية العطاء والاهتمام بزوجته وقام بذلك إيقاناً منه بأنه أهملها لفترة طويلة ولم يكن عادلاً معها وهي فعلاً تستحق أفضل من تلك المعاملة وإنه مسؤول عن تعاستها، عندها سيرى جهوده هذه وهي تثمر وسيرى أثر ذلك على زوجته وعلى علاقتهما وعلى الأسرة، قد تحتاج النتيجة إلى بعض الوقت إلا إنها حتمية.

تعلّم العطاء:

أعمق مشاعر الخوف عند الرجل هي شعوره بعدم كفاءته. ومن أجل التغلب على ذلك الشعور يقوم الرجل بالتركيز على تطوير نفسه ورفع مقدار كفاءته وذلك عن طريق الكفاح في الحياة.

فالحياة بالنسبة للرجل عبارة عن كفاح مستمر وعليه أن يحقق فيها الفوز والنجاح، فالنتائج الإيجابية مهمة جداً بالنسبة للرجل، وخسارة وآلام الآخرين لا تهمه آنذاك. المهم نجاحه هو. وكما إن المرأة تخاف من «الاستقبال والقبول» فإن الرجل يخاف من «العطاء والتقديم». وعطاء الرجل للمرأة معناه مجازفة. مجازفة الفشل. أو النقد أو التصحيح أو عدم التقبل من قبل المرأة.

وقيام المرأة بنقد الرجل أو تصحيحه أو عدم قبولها لما قدم لها يؤذي الرجل ويؤذي مشاعره ويجعله يصاب بخيبة أمل وإحباط.

السبب الحقيقي الذي يولّد هذا الشعور عند الرجل هو مرتبط باعتقاده بعدم كفاءته وهذا الاعتقاد في الحقيقة يكون قد تولّد عند الرجل في مرحلة الطفولة حيث كانت جهوده ومساعيه دائماً تقابل إما بعدم التقدير أو بتقدير أقل مما كان يتوقع. **(رسالة موجهة إلى الأباء والأمهات)**. غالباً ما يعتري الرجل هذا الاعتقاد الخاطىء والذي يولّد عنده الخوف من الفشل. فهو يود أن يعطي ولكنه في نفس الوقت خائف. فما العمل؟ غالباً ما يكون الجواب هو «عدم المجازفة والتي معناها عدم العطاء».

والتجارب تدل على إن الرجل في حالة زيادة اهتمامه بالشخص المقابل فإن ذلك الشعور ـ شعور الخوف ـ يزداد في داخله وبالتالي يقلل من عطائه. وإذا كبر حجم ذلك الشعور فإن الرجل يتوقف عن العطاء لذلك الشخص الذي يحب!!.

لا بأس من ارتكاب الأخطاء:

كي يتعلم الرجل كيفية العطاء فإنه من الضروري جداً أن يدرك إنه لا بأس من أن يرتكب الأخطاء فنحن نتعلم من أخطائنا وأخطاء الآخرين ومن لا يخطأ لا يتعلم، وكذلك لا بأس حتى من الفشل. فالفشل أساس النجاح. لذلك على الرجل أن يتشجع ويمارس العطاء ويبتعد عن تلك المخاوف التي تفوت عليه فرصاً ثمينة يمكن أن تجلب له ولمن حوله السعادة.

فالشاب يمتنع عن طلب يد الفتاة التي أعجب بها وأحبها خوفاً من الرفض، وذلك الخوف نابع من اعتقاده بأنها قد تنظر إليه على إنه غير كفوء ولا يستحقها زوجة له. وما يشجع الشاب على طلب يد الفتاة هو بعض الكلمات من تلك الفتاة والتي تؤكد له إنه كفؤاً بها ويستحقها وإنه في حالة طلبه ليدها فإنها لن تمانع «لن يفشل في تلك المهمة».

الرجل أيضاً يحتاج للحب:

المرأة وبطبيعتها حساسة جداً وتشعر برفض الرجل لها عندما تلاحظ عدم اهتمامه بها وبمتطلباتها وباحتياجاتها. كذلك الرجل فإنه حساس جداً وإنه يشعر بالفشل عندما يلاحظ كثرة شكاوي المرأة. وعندما تبدأ المرأة بشكاويها، نلاحظ عدم استعداد الرجل للاستماع والإصغاء. كيف يمكن له أن يستمع وهو يود أن يسمع عكس ذلك؟ يود أن يكون هو البطل في نظر المرأة ويسمع منها المديح بدلاً من الشكوى. هذه الشكوى معناها الفشل وهي في نفس الوقت تؤكد مخاوفه المترسبة عنده في اللاوعي. تلك المخاوف التي تؤكد له عدم الكفاءة. لا تدرك المرأة إن الرجل يحتاج إلى الحب أيضاً. فالحب يرفع معنويات الرجل ويجعله يشعر بأنه كفوء ويمكن أن يسد احتياجات الآخرين، وذلك ما يدفع الرجل إلى بذل المزيد من الجهود والمحاولات وإلى الإكثار من عطائه.

شكوى المرأة معناها فشل الرجل:

عندما ينشأ الطفل في بيت تكون فيه العلاقة بين الزوج والزوجة علاقة صحيحة مبنية على أسس وقواعد سليمة، نشأ في بيت كان أبوه ناجحاً في علاقته مع أمه نراه عند الكبر يدخل عش الزوجية بثقة عالية وبدون خوف. فهو غير خائف لأنه ومن خلال ما تعلمه في طفولته يعلم جيداً كيفية احترام المرأة وكيفية التعامل معها. وكذلك يعلم أيضاً إنه حتى لو أخفق في تحقيق بعض مطالب زوجته فإنه لا يزال جديراً بحبها والسبب هو إنه حاول جاهداً ومحاولته هذه تؤهله لذلك الحب.

ويعلم أيضاً إنه لا يوجد أي إنسان معصوم من الخطأ فهو شاهد في طفولته أباه وهو يرتكب الأخطاء وشاهد في نفس الوقت أمه وهي تعفو وتغفر أخطاء زوجها. لذلك فإن زوجته سوف تحترمه وتثق به لمحاولاته الدائمة، محاولاته الناجحة والفاشلة.

كثير من الرجال لم يكن لهم في حداثة سنهم القدوة الناجحة. تلك القدوة

التي يحاولون تقليدها عند الكبر، لذلك فإن مسألة التعرف على فتاة والوقوع في الحب ومن ثم الزواج وتكوين أسرة وتحمّل مسؤوليتها أمراً صعباً جداً بالنسبة لهم ويمكن تشبيه ذلك بقيادة طائرة لم يحصل الربان على التدريب الكافي. قد ينجح ذلك الربان في رفع الطائرة من على الأرض وإقلاعها إلا أنه لا يضمن بقاؤها في الجو، وإذا صادف تلك الطائرة أحوال جوية رديئة فإنه من الصعب تفادي سقوطها.

الفصـل الخامـس

اختلاف أسلوب المحادثة بين الرجل والمرأة

سـوء الفهـم

تلتقي لأول مرة بشخص وتشعر كأنكما تعرفان بعضكما منذ مدة طويلة. تسير الأمور على أفضل ما يمكن، كلاكما يعلم ما يريده ويحبه الآخر. تضحكان في نفس الوقت ويكون هناك انسجام كامل وتسير المحادثة بصورة ممتازة وتشعران بمنتهى السعادة.

وقد تلتقي بشخص آخر ولا يكون بينكما نفس الشعور، تحاول أن تكون ودياً ومؤدباً في الكلام لتعطي الطرف الآخر انطباعاً جيداً عن نفسك، إلا أن كل شيء يسير عكس ما تتمنى ويكون هناك صمت من قبل الطرفين، وإذا حاول أحدكما الكلام في موضوع ما فإن شعور الآخر هو الملل وعدم الارتياح، وتكون هناك مقاطعات كثيرة في الكلام وحتى لو أن أحدكما حاول أن يروي نكتة ما لتلطيف الجو فإن الآخر يفسرها تفسيراً خاطئاً وبالتالي فالنهاية تكون غير سعيدة.

الكل منا يتكلم في حياته اليومية، نتكلم مع أفراد العائلة والأقارب والأصدقاء وفي العمل وفي الشارع. نلتقي بأناس آخرين ونتكلم، قد تسير المحادثة بصورة سليمة وتكون النتائج إيجابية. وقد تسير المحادثة بصورة عكسية تحاول تقديم المساعدة إلا أن ما يفهمه الآخرون هو إنك تحاول أن تفسد الموضوع. تحاول أن تتكلم لتجامل الآخرين إلا أن ما يفهمه الآخرون هو

إنك تحاول التطفل أو التملق. تصمت وتتوقف عن الكلام من باب الأدب والاحترام إلا أن الآخرين يفهموها على إنها برودة دم ومحاولة تملص. تحاول أن تتكلم لتبعث روحاً في المكان إلا أن الآخرين يفسروها على أنك إنسان تافه وثرثار!!.

نتكلم وقد يفهم الآخرون ما نعنيه أو لا يفهمون مغزى كلامنا أو إنهم يفسروه تفسيراً خاطئاً وتكون مواقفهم تبعاً لطريقة فهمهم لكلامنا. وهذا أمر يكاد يكون سهلاً ويمكننا التعامل معه إلا أن المصيبة الكبرى هي كلامنا في البيت مع شريك الحياة والذي نقضي معه أوقات طويلة فإن أي خطأ في الفهم قد يؤدي إلى مشكلة كبيرة، وقد تقود تلك المشكلة إلى مشاكل أكبر.

جلست ريحانة والتي كانت متزوجة من حسان لمدة خمس سنوات تستعرض في مخيلتها أهم الأحداث، الحلوة منها والمرّة، والتي تخللت تلك السنوات الخمس. تذكرت أحداثاً كثيرة ولكن أهم ما تذكرته هو تلك الحادثة الأليمة والتي كان لها وقعاً كبيراً وتأثيراً بالغاً في إنهاء ذلك الزواج والوصول إلى الطلاق.

تذكرت ريحانة إنها ذات يوم وبينما كان حسان جالساً في حديقة المنزل وهو مندمج في قراءة أحد الكتب سألته:

ريحانة: ما رأيك أن نقوم اليوم بزيارة أختي فاطمة؟

حسان: «وبدون أن يرفع عينيه من الكتاب» أأأأأ طيب.

ريحانة: «جواب حسان لم يكن مقنعاً بالنسبة لها إذ أن جوابه كان فيه إشارة تدل على عدم قناعته بالفكرة، وإن موافقته في الذهاب لم تكن أكثر من مجاراة لها ولرغبتها، لذلك كررت السؤال قائلة»: هل حقيقي إنك ترغب في الذهاب؟

حسان: «لم يغير من وضعه ورد عليها بصوت فيه بعض الانزعاج»: قلت لك نعم.

ريحانة: «بعد صمت لم يدم طويلاً» إن لم تكن لديك الرغبة فلا داعي للذهاب.

حسان: «انفجر مدوياً» أنا أعلم جيداً أنك تنوين إرسالي إلى مستشفى الأمراض العقلية، أكبر غلطة ارتكبتها في حياتي هي الزواج منك. لم لا تفكرين بالموضوع ملياً وتقرري ما تريدين قبل أن تبدئي بطرح أسئلتك السخيفة هذه!!.

استغربت ريحانة لردة فعل زوجها هذه والتي كانت قاسية جداً ولا داعي لها أصلاً. بالنسبة لريحانة فإنها وبتكرارها سؤالها لزوجها حسان كان مجرد محاولة منها للتعرف على حقيقة رغبته ذلك اليوم وبالتالي فهي كانت مستعدة لتلبية تلك الرغبة له.

أما بالنسبة لحسان فإن إعادة ريحانة لسؤالها كان من منطلق كونها مذبذبة وغير واثقة الرأي وتحاول أن تثيره وتحطم أعصابه.

لغتان مختلفتان:

ينظر كل من الرجل والمرأة إلى أمور الحياة ومجرياتها من نقاط أفضلية متغايرة إذ إن كل منهم ينظر إلى نفس الموضوع بصورة مختلفة، وغالباً ما يكون لكل منهم وجهة نظر خاصة تختلف عن وجهة نظر الآخر.

في كل دولة من دول العالم يتكلم الناس نفس اللغة، رجالاً ونساء إلا إن أسلوب الكلام عند الرجل يختلف عما عند المرأة. وبالرغم من إن أسلوبي الرجل والمرأة صحيحان كل حسب جنسه، إلا إن كثيراً من المشاكل ستظهر وتطفو نتيجة لذلك الاختلاف.

وإذا فهمنا هذه النقطة جيداً عندها يمكننا أن نفهم إن تلك الخلافات بين الجنسين وبدون أن نتهم أي منهم بالخطأ أو الجنون هي أمر طبيعي.

وطبيعي فإن فهمنا لهذه النقطة لا يعني أبداً تلاشي واندثار الخلافات بين الجنسين. أبداً إلا إنه يساعدنا على وضع احتمالية لكون قصد الطرف الآخر غير ما فهمناه، وبعبارة أخرى فإن ذلك يساعد الرجل أن يفهم بأن المرأة لا تحاول

أن تجننه وكذلك يساعد المرأة أن تفهم بأن الرجل لا يحاول أن يجننها. وكما يقال «لو عرف السبب لبطل العجب».

في الوطن العربي نلاحظ الرجال والنساء يتكلمون نفس اللغة، اللغة العربية ولكن أسلوب الرجل واستعماله للغة وفهمه لها يختلف عن أسلوب المرأة، فالرجل يقول شيئاً وما قد تفهمه المرأة شيئاً آخر يختلف تماماً. ونفس الشيء بالنسبة للمرأة فقد تقول شيئاً ويفهم الرجل شيئاً آخراً. هل إن ذلك حقيقة أم خرافة؟ هل إنه جد أم هزل؟ إنها حقيقة ثابتة تلعب دوراً كبيراً في تلك الخلافات بين الرجل والمرأة، والمصيبة إننا لا ننتبه إليها.

عندما يتكلم الرجل مع رجل آخر مثله فإنهما يفهمان بعضهما البعض ويتفاهمان بسهولة، وكذلك عندما تتكلم المرأة مع إمرأة أخرى مثلها فنراهما أيضاً يفهمان بعضهما البعض ويتفاهمان بسهولة. فالرجل وبطبيعة نشأته تربى على أسلوب ومفردات كلام ومعاني تختلف تماماً عن نشأة المرأة والأسلوب ومفردات الكلام والمعاني التي تربّت عليها. لذلك فعند الكبر يتكلم كل منهما لغته الخاصة. والمصيبة تحصل عندما يشترك الاثنان في منافشة موضوع ما فما يقوله الرجل وما يعنيه يتغير تماماً عندما يصل مسامع المرأة، وكذلك ما تقوله المرأة وما تعنيه يتغير تماماً عندما يصل مسامع الرجل. يصبح الموقف وكأنهما بحاجة إلى مترجم يحاول أن يوضح القصد الحقيقي لكلام كل منهما.

توضيح المشاعر مقابل توصيل المعلومات:

في أيامنا هذه فإن حوار الرجل مع المرأة يحتاج إلى مترجم، فعندما يقول كل من الرجل والمرأة شيئاً ما فنادراً ما يكون المعنى واحد. فعلى سبيل المثال عندما تقول المرأة للرجل «أشعر وكأنك لا تصغي لما أقول أبداً» فهي في الحقيقة لا تعني إن الرجل لم يصغ لها أبداً.

فقولها (أبداً) عبارة عن تعبير لمدى استياءها في تلك اللحظة ولا تعني إن الرجل لم يصغ لها في الماضي.

عندما تتكلم المرأة فإنها عادة ما تستعمل أساليب خاصة في الكلام مثل صيغة التفضيل أو صيغة المبالغة وأسلوب المجاز والاستعارة، وهذا ما لا يستطيع الرجل فهمه ولذلك فإننا نرى ردة فعل الرجل إزاء ذلك الأسلوب مساوية أو حتى أكبر من وقع تلك الكلمات التي تخرج من فم المرأة.

ولأجل توضيح ذلك اللبس، نورد هنا بعض الأمثلة التي توضح النية وسوء الفهم.

ما تقوله المرأة:

١ ـ نحن دائماً في البيت ولا نخرج أبداً.

٢ ـ الكل يتجاهلني.

٣ ـ أنا متعبة جداً ولا أستطيع القيام بأي عمل.

٤ ـ أريد أن أنسى كل شيء.

٥ ـ البيت دائماً مبعثر وفي حالة مزرية.

٦ ـ لا أحد يصغي لما أقول.

٧ ـ كل الأمور تسير بالعكس.

٨ ـ إنك لم تعد تحبني.

٩ ـ نحن دائماً في عجلة من أمرنا.

١٠ ـ أريد أن أحس بحنانك وشعورك نحوي.

فهم الرجل وردود فعله:

١ ـ هذا كذب فقد خرجنا الأسبوع الماضي.

٢ ـ أنا متأكد من أن هناك من ينتبه إليك.

٣ ـ هذه سخافة فأنت لست مقعدة.

٤ ـ إن لم تكوني تحب عملك فعليك أن تقدمي استقالتك.

٥ ـ ليس دائماً بهذا الشكل.

٦ ـ أنا الآن أسمع ما تقولين.

٧ ـ هل قصدك إني أنا المسؤول عن ذلك؟
٨ ـ بالطبع أحبك. فهذا هو سبب وجودي معك.
٩ ـ أبداً، فالجمعة الماضية لم نخرج من المنزل وكنا في منتهى الراحة.
١٠ ـ هل قصدك أن حناني وشعوري قد ماتا؟!.

من خلال الأمثلة السابقة يمكن أن نلاحظ مدى سوء فهم المعنى الحقيقي للكلام بين الرجل والمرأة، فالرجل متعود على إيصال المعلومات ويختار لها الكلمات المناسبة والتي توضح المعنى الحقيقي. ولذلك فعندما يسمع كلام المرأة والذي يكون فيه كثير من المبالغة والمجاز والاستعارة فإنه يأخذ كلام المرأة على محمله وعلى أن كلامها وحدة واحدة لا تتجزأ وإن كل كلمة فيه تحمل المعنى المساوىء لها. وهنا تحصل مشاكل لا داع ولا أساس لها.

وكلام الرجل أيضاً يصعب على المرأة فهمه، وغالباً ما تفهم معنى يختلف عن القصد الحقيقي والذي من المحتمل لا يكون حسب رغبتها وهنا أيضاً تحصل المشاكل.

الفرق بين الرجل والمرأة في اتخاذ القرارات:

قبل أن نبدأ بشرح هذا الموضوع المهم جداً، علينا أن نعلم الحقيقة العلمية التي تقول أن أسلوب تفكير الرجل في الحياة هو (أسلوب تركيزي)، أما أسلوب تفكير المرأة فهو أسلوب (التعميم وسعة الأفق). أسلوبان مختلفان وسنحاول توضيحهما أكثر من خلال كلامنا. المهم أن لهذين الأسلوبان المختلفان مساوىء كثيرة جداً ويقودان إلى مشاكل لا حصر لها. نعم فعدم فهمنا لهذه الحقيقة يفتح الباب على مصراعيه لسوء الفهم والمشاكل.

المرأة وبسبب سعة الأفق في التفكير لا تتمكن من التركيز على أمر واحد بل تنظر إلى الإحتمالات الأخرى التي تكون لها علاقة مباشرة أو غير مباشرة بذلك الأمر.

وعلى سبيل المثال فالمرأة التي تحاول شراء هدية عيد ميلاد لزوجها أو

أي شخص آخر، نراها تقضي وقتاً طويلاً قد يستغرق أياماً، تقوم المرأة باستعراض كل الهدايا التي يمكن أن تقدم في مثل هذه المناسبة.

أما صاحبنا الرجل فهو على العكس من ذلك تماماً، وتصرف المرأة هذا لا يعجبه إطلاقاً ولا يمكن له أن يفهمه (على فكرة فإن تصرف الرجل الذي سنذكره لا يعجب المرأة أيضاً)، فالرجل الذي يود شراء هدية ما فإن أول ما يفعله هو التفكير أولاً وبعد ذلك التقرير ومن ثم الذهاب إلى السوق لشراء تلك الهدية. فرق كبير بين أسلوب التفكير.

بما أن المرأة ذات طبيعة تتسم بسعة الأفق، لذلك نراها أحياناً تتشاور مع أشخاص آخرين وتطلب رأيهم وبعد التشاور يتم اتخاذ القرار.

أما الرجل فإنه وبسبب طبيعته التركيزية يتصرف تماماً على العكس من ذلك، فالرجل يفكر بمفرده وبعد ذلك يتخذ القرار. وقد يقوم بعد ذلك بطرح تلك الفكرة على أشخاص آخرين من أجل التشاور معهم، وبعد التشاور قد يثبت الرجل على رأيه أو يغير موقفه.

يتخذ الرجل القرار أولاً وبعد ذلك يتشاور مع الآخرين. والتشاور هذا مهم جداً بالنسبة للرجل إذ قد يجعله يغير قراره ذلك. أما المرأة فإنها تتشاور مع الآخرين وبعد ذلك تقرر.

بدون فهم وإدراك لهذا الفرق في اتخاذ القرارات فإن المشاكل ستظهر ولا محال. نعم، فالرجل الذي يتخذ قراراً ما ويعرضه على المرأة لأخذ رأيها، نراها تستاء وتغضب ظناً منها أن الرجل لم يهتم بها ولا بمشاعرها ولا برأيها وأن قراره هذا نهائي.

المسألة هنا هي أن الرجل لم يقصد ما فهمته المرأة أبداً والدليل على ذلك هو أنه يحاول أن يتشاور معها، ولو كان لديها أي رأي مغاير فهو مستعد لسماعه ومناقشته. وهو مستعد حتى إلى تغيير قراره إن كانت وجهة نظر المرأة أكثر صواباً.

ما الذي يحصل للمرأة عند حصول مثل هذا الموقف هو أنها تظن بأن الرجل أهملها ولذلك نراها تتألم وتزعل ولا تبدي أي رأي. ما فائدة رأيها وقد اتخذ الرجل القرار النهائي؟! هذا هو تصورها. قد يقترح الرجل ويقول: أعتقد أننا بحاجة إلى التمتع بإجازة لمدة كذا في الشهر كذا والذهاب إلى أحد المصايف في منطقة كذا لقضاء بعض الوقت الممتع بعيداً عن الضجيج وتوتر الأعصاب.

تسمع المرأة ذلك وتستغرب، ما الذي جرى للرجل؟ لم يهتم بها ولا بمشاعرها ولم يفكر حتى بسؤالها عن رأيها. أليست كائناً حياً يعيش في ذلك البيت؟ أليس لها الحق في إبداء الرأي؟ لم إذا لم يقم الرجل بسؤالها؟ هذا هو فهمها وتفكيرها.

أما الرجل الذي لم يقصد ذلك أبداً فهو يعتقد بأنه يعرض هذه الفكرة على المرأة وأن الفرصة سانحة أمامها لإبداء رأيها وهو ينتظر الجواب. نعم يكون الرجل في انتظار جواب المرأة. ذلك الجواب الذي له وزن واعتبار كبير لدى الرجل.

وهنا عندما تلتزم المرأة جانب الصمت ولا ترد على الرجل (إستياءً وغضباً) يعتقد الرجل أن سكوتها دلالة على موافقتها. لا يدري الرجل بأن سكوت المرأة ما هو إلا محاولة منها لاستعادة وعيها الذي فقدته من جراء الصدمة التي سمعتها، صدمة أنانية ودكتاتورية الرجل المتمثلة في اتخاذه مثل ذلك القرار بعيداً عنها.

ما سمعته المرأة من الرجل (لقد قررت أن نأخذ إجازة لعدة أيام في شهر كذا والذهاب إلى أحد المصايف... ولا يهمني رأيك. لقد قررت ذلك ولا مجال للمناقشة وكل ما عليك التنفيذ والطاعة والانصياع لما أقول. وحتى لو كان لك رأي آخر فالأفضل عدم ذكره لأني لا أهتم به). لم يقل الرجل المسكين ذلك، إلا أن ما فهمته المرأة بسبب طبيعتها النسائية يدل على ذلك.

لا شك أن بعض النساء يعرفن قصد الرجل الحقيقي، إلا أن معظمهن لا يعلمن ذلك، لذلك تكون ردة فعلهن إما الغضب أو التزام جانب الصمت خوفاً من ثورة الرجل وردة فعله العنيفة.

لا تتمكن معظم النساء من ملاحظة الجانب الإيجابي الموجود في الرجل والسبب هو فهمهن لبعض مجريات الأمور بشكل يخالف نية الرجل ومقصوده. ذلك الفهم الذي يدفعهن إلى الاعتراض الحاد والمصحوب بعض الأحيان بإما هجوم كلامي صاعق أو ملامة. وعندما يلاحظ الرجل ردة فعل المرأة السلبية يلجأ هو من جانبه إلى الدفاع عن نفسه وذلك عن طريق العناد أو رفع الصوت ووووو. مشكلة جديدة لا حاجة لها.

هذا ما يحصل عندما يتخذ الرجل قراراً، لنحاول النظر إلى هذا الموضوع من زاوية أخرى، زاوية محاولة المرأة اتخاذ قرار ما وموقف الرجل من ذلك.

يغتاظ الرجل كثيراً بسبب أسلوب المرأة الديمقراطي في محاولة اتخاذ القرار إذ أن العملية هذه بالنسبة للرجل تعتبر طويلة ومملة. فالمرأة وقبل اتخاذ القرار تحاول التعمق والحصول على المزيد من المعلومات وهذا ما يجعل الرجل يظن بأن المرأة إما جاهلة أو تتظاهر بالجهل وعدم المعرفة. بينما الحقيقة هي أن المرأة وبسبب طبيعتها الأنثوية الخاصة تحاول التعمق والتوغل في صلب الموضوع للوقوف على كل الاحتمالات قبل اتخاذ القرار.

لننظر إلى المثال التالي: ذات يوم قال الزوج ضياء لزوجته نهلة (سيتم افتتاح معرض الكتاب الدولي يوم الخميس القادم وأعتقد أنها فرصة مناسبة للذهاب هناك والإطلاع على أحدث الكتب). ردت عليه الزوجة نهلة قائلة (لا أدري). لم أفكر بالموضوع بعد.

(لا أدري) تلك العبارة قالتها نهلة محاولة منها للتوغل إلى أعماق الموضوع وكذلك محاولة منها لربط تلك الزيارة بأمور الحياة اليومية الأخرى والخروج بعد ذلك برأي وجواب.

ما فهم الرجل من (لا أدري) هذه هو رفض المرأة لاقتراحه. ظن أن زوجته رفضت رأيه وبدأ يقول في داخله: (أنا أكره ذلك. إنها عملية بطيئة. إن لم تكن راغبة في الذهاب فلم لا تقل رأيها بصراحة؟ إنها فعلاً إمرأة مسيطرة).

عزيزي القارىء وعزيزتي القارئة من أجل تفادي مثل هذه المواقف التي تحصل كثيراً في حياتنا اليومية يمكن للمرأة أن تقول (أعتقد أنها فكرة جيدة إلا أني أحتاج لبعض الوقت كي أفكر بالموضوع وأنا فعلاً مقدرة لك صبرك هذا)، أو (تبدو فكرة جيدة، دعنا نتحدث إلى الأولاد ونرى مدى رغبتهم في الذهاب)، أو (منذ فترة طويلة لم نذهب إلى مكان مثل هذا، إنها فعلاً فكرة ممتازة، هل يمكن أن تعطيني بعض الوقت للتفكير قبل أن نقرر ذلك؟).

هذه الإجابات كلها تساعد الرجل على التحلي بالصبر وتساعد على تجنّب الكثير من المشاكل.

شكوى المرأة الأساسية هي عدم إصغاء الرجل:

عندما تقول المرأة للرجل «أشعر وكأنك لا تسمع ما أقول» فما يفهمه الرجل من خلال ذلك أن المرأة تصفه بالطرش بينما هو سمع كل كلامها وكل كلمة قالتها وإنه مستعد لأن يعيد كل ما قالت وبالحرف الواحد.

ما عنته المرأة من خلال كلامها هذا هو إنها تشعر أن الرجل لم يفهم المعنى الكلي لكلامها ولم يكترث بها ولا بشعورها.

ولو إن الرجل فعلاً يفهم كلام المرأة وما تعنيه لخفت حدة الجدل والخصام ولأصبح الرجل أكثر موضوعية وأكثر تجاوباً مع المرأة. غالباً ما يحصل الجدل بين الرجل والمرأة نتيجة لسوء الفهم في المعنى، ولذلك يجدر بكل منهما إعادة التفكير بما سمعاه ومن ثم ترجمة الكلام وحمل معانيه تبعاً لجنس المتكلم بدلاً من أخذ الكلام على ظاهره وعدم نسبه إلى جنس المتكلم.

فكثيراً ما يحصل أن يسمع الرجل ما تقوله المرأة ويفهمه حسب طريقته

وطريقة فهمه ومن ثم يصدر قراراته على المرأة وتستغرب المرأة لتصرف الرجل هذا إذ إن ما عنته يختلف تماماً عما فهمه وعليه فإن تصرفه لم يكن فيه أي عدل أو تعقل.

عندما تتكلم المرأة وكيفية فهم كلامها:

تكمن مصيبة الرجل في كيفية فهم كلام المرأة فما تقوله المرأة وما تعنيه أمران مختلفان. فعندما تكون المرأة في حالة غضب فإنها تستعمل ألفاظ التعميم والتفضيل والمبالغة بينما هي في الحقيقة تعني شيئاً معيناً ومن خلال كلامها تحاول طلب المساعدة من الرجل. تحاول طلب المساعدة بطريقتها الخاصة، طريقة لا يمكن للرجل أن يفهمها وهذا ما يغيظ المرأة ويزيد من غضبها. فسعادة المرأة هي عندما يفهم الرجل كلامها ويتجاوب معها.

عندما تقول المرأة: «نحن دائماً في البيت ولا نخرج أبداً» فهي في الحقيقة تحاول أن تقول لزوجها: أشعر بالرغبة بالخروج والاستمتاع معك، لا شك إننا قمنا بذلك من قبل وكانت متعة حقيقية وإني الآن أود أن أخرج معك ثانية فما رأيك؟ هل تأخذني للعشاء في المطعم، فقد مضت عدة أيام على آخر مرة قمنا بذلك؟.

ولو إننا أغضضنا النظر عن هذا التفسير، فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «نحن دائماً في البيت ولا نخرج أبداً» هو (إنك لا تقوم بواجبك كزوج، إنها خيبة أمل كبيرة، فقد توقفنا عن القيام بأي عمل معاً وذلك بسبب كسلك، أنت كسول وإن الحياة معك مملة ولا تطاق». وعندما تقول المرأة: «الكل يتجاهلني» فما تعنيه من قولها هو (اليوم أشعر بأني متجاهلة ولا أحد يحسّ بوجودي، أنا متأكدة من أن هناك من يراني وينتبه إليّ ولكن الظاهر إنهم لا يهتمون بي، أنا أيضاً أشعر بخيبة أمل إذ أنك مشغول جداً هذه الأيام، حقيقة فإني أقدّر مدى تعبك وإرهاقك في العمل ولكني مع ذلك أشعر بعض الأحيان إني غير مهمة بالنسبة لك، أخشى أن يكون عملك أهم مني؟ هل يمكن أن تبين

وتؤكد حبك الدائم لي وتشعرني إني المفضلة بالنسبة لك؟». ولو إننا أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «الكل يتجاهلني» هو (أنا تعيسة جداً وذلك لعدم تمكني من الحصول على انتباه الآخرين، ليس هناك أي أمل في أي شيء، وحتى أنت فلا تحس بي ولا بوجودي، المفروض أن تحبني، عار عليك وخزي). وعندما تقول المرأة: «أنا متعبة جداً ولا أستطيع القيام بأي عمل» فما تعنيه هو «لقد قمت اليوم بأعمال كثيرة جداً وإني فعلاً بحاجة لبعض الراحة قبل القيام بأي عمل آخر. أنا سعيدة جداً لأني أحظى بمساعدتك ومساندتك. هلا عبّرت عن حبك لي وعن تقديرك لجهودي وإيقانك بأني أحتاج لتلك الراحة؟».

ولو إننا أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «أنا متعبة جداً ولا أستطيع القيام بأي عمل» هو (أنت أيها الرجل لا تقوم بأي عمل وأنا أقوم بكل شيء لوحدي عليك الآن المشاركة والقيام ببعض الأعمال فأنا لا أستطيع القيام بكل شيء بمفردي. أنا يائسة وما أريده هو زوج حقيقي يمكن أن أعيش معه، والزواج منك كان غلطة كبيرة).

وعندما تقول المرأة «أريد أن أنسى كل شيء» فما تعنيه هو «أريد منك أن تعلم بأني أحب عملي وأحب حياتي هذه ولكني اليوم أشعر ببعض الإرهاق، وقبل أن أقوم بأي عمل آخر أود أن أجد شيئاً يقوّي من عزيمتي. هلا سألتني ما الخبر وبعدها تستمع إليّ بكل حنان وعطف ولا تحاول طرح أية حلول لما أشتكي منه. كل ما أريده هو أن تدرك الضغط الذي أعاني منه وإدراكك لذلك يجعلني أشعر بكثير من الراحة. أعدك بأني غداً سأعود إلى تأدية واجباتي».

ولو أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «أريد أن أنسى كل شيء» هو (أنا أقوم بأعمال كثيرة وإني مرهقة ولا أريد الاستمرار على هذا المنوال. إني تعيسة جداً معك وما أريده هو زوجاً آخر،

زوجاً يقدرني ويساعدني ويجعلني أشعر بالسعادة، إنك غير جدير بي ولا تستحقني).

وعندما تقول المرأة «البيت دائماً مبعثر وفي حالة مزرية» فما تعنيه هو «لا شك أن البيت مبعثر وفي حالة مزرية، إلا إني اليوم مرهقة ومستاءة وأريد أن أرتاح. أرجو أن لا تتوقع أن أقوم اليوم بتنظيف كل البيت هل توافقني على أن البيت مبعثر وهل توافقني على إني مرهقة وأحتاج لبعض الراحة، أرجوك أن تفهم ذلك ولا تطلب مني تنظيف كل البيت اليوم».

ولو أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «البيت دائماً مبعثر وفي حالة مزرية» هو (أنت السبب في بعثرة البيت، أنا أقوم بعمل المستحيل من أجل تنظيف البيت، وقبل أن أنتهي من تنظيف البيت تقوم أنت بالبعثرة، أنت إنسان غير مرتّب ومبهدل وكسول ولا أريد الاستمرار معك على هذا الحال ما لم يتغير، إما أن تغير وضعك وتحسنه أو الافتراق والطلاق).
وهنا يمكن أن نضيف النقطة التالية، فكلنا يعلم جيداً أن المرأة ومن قديم الأزمان أخذت على عاتقها مسألة تنظيف البيت وجعلتها جزءاً من واجباتها وهي غالباً ما تتباهي وتفتخر بنظافة بيتها. وهنا نسأل: هل يمكن أن تنتقد المرأة نفسها؟! لو أخذنا كلام المرأة وفهمناه بناء على الألفاظ فإن ذلك يعني أن المرأة تنتقد نفسها عندما تتكلم عن عدم نظافة بيتها، فهل يمكن أن يكون ذلك معقولاً؟!.

وعندما تقول المرأة «لا أحد يصغي لما أقول» فما تعنيه هو «إني أخشى أن أكون قد أصبحت مصدر ملل بالنسبة لك. أخشى أن تكون قد فقدت رغبتك بي، يبدو أني اليوم حساسة أكثر من اللازم، هلا أعرتني بعض الانتباه فإني أحب ذلك، لقد كان يومي مرهقاً جداً وأشعر كما لو أن لا أحد يود سماع ما أريد قوله، هلا سمعتني وطرحت عليّ بعض الأسئلة التي تساعدني، مثل: ما الذي حصل اليوم وما حصل بعد ذلك؟ كيف كان شعورك؟ ما الذي كنت ترغبين فيه؟

وكذلك أرجوك أن تطلق بعض العبارات والتي تدل على اهتمامك بمشاعري، كقولك أخبريني أكثر، أو هل هذا صحيح؟ أو أنا أعلم ما تقصدين أو أي شيء من هذا القبيل. أو يمكنك على الأقل الاستماع فقط وعدم الكلام».

ولو أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «لا أحد يصغي لما أقول» هو (أنا دائماً استمع إليك وأعيرك اهتمامي وأنت لا تسمع ما أقول، لقد كنت تستمع إليّ في الماضي إلا إنك توقفت عن ذلك الآن، أصبْحت الأن إنساناً مملاً، ما أريده هو زوجاً يتسم بالإثارة وأنت بوضعك الجديد لم تعد من ذلك الطراز، أنت خيبة أمل بالنسبة لي، أنت أناني وعديم الاهتمام).

وعندما تقول المرأة «كل الأمور تسير بالعكس» فما تعنيه هو «أشعر اليوم بأني متعبة وإني سعيدة جداً وذلك لأني أستطيع مشاركة مشاعري السلبية هذه معك، وإن هذه المشاركة تريح أعصابي، يبدو أن يومي هذا غير سعيد فكل عمل أقوم به تكون نتائجه ومردوداته عكسية، لا شك أن كلامي هذا فيه نوع من المبالغة إذ ليس كل ما أعمله تكون له مثل تلك النتائج، ولكن الشعور الذي ينتابني اليوم يجعلني أشعر بذلك، وبالرغم من إني متعبة ومرهقة اليوم فلا يزال هناك أشياء أخرى يتحتم عليّ القيام بها، وهذا ما يزيد من تعبي ومن شعوري البائس، هلا أريتني بعض الحب وقلت بعض الكلمات والتي من خلالها تؤكد لي بأنك تعترف وتقدر جهودي في إنجاز تلك الأعمال المتعبة فإن مثل ذلك التأكيد والتقدير يجعلاني أشعر بالراحة وإعادة الثقة».

ولو أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «كل الأمور تسير بالعكس» هو (أنت إنسان غير موزون ولا تعرف كيفية تقدير الأمور، فكل ما تقوم به تكون نتائجه عكسية، أنا لا أثق بك ولا بقراراتك، فاللخبطة والدربكة التي أنا فيها ناتجة عن كوني أستمع إليك وإلى نصائحك، زوج آخر يمكن أن يصلح الأمور ويجعلها تسير بصورة ممتازة ولكنك على العكس من ذلك).

وعندما تقول المرأة «أنت لم تعد تحبني» فما تعنيه هو «أشعر اليوم أنك لم تعد تحبني كما كنت في السابق، أخشى أن أكون قد قلت أو فعلت شيئاً ما جعلك تشعر بمثل ذلك، أنا أعلم جيداً إنك فعلاً تحبني وأنت دائم العطاء والتقديم إلا أني اليوم أشعر بنوع من عدم الإطمئنان. فلا أعدت الثقة لي بنفسي وأخبرتني إنك لا زلت تحبني مثل السابق وإن شعورك لم يتغير، مثل هذا التأكيد سيعيد إليّ الثقة بالنفس ويريحني كثيراً».

ولو أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «أنت لم تعد تحبني» هو (أنا أعطيتك أحلى سنين حياتي ولم أحصل منك على أي شيء بالمقابل، لقد استغليتني، أنا أكره هذا الاستغلال وأنت إنسان بارد وأناني، أنت تفعل ما تريد ولكن لمصلحتك الشخصية فقط ولا تضعني في الحسبان آنذاك. أنت لا تهتم بي ولا بأي إنسان آخر، لقد كنت في منتهى الغباء عندما أحببتك ووافقت على الزواج منك، لقد انتهى حبي لك ولم يعد لدي أي شعور طيب نحوك).

وعندما تقول المرأة «نحن دائماً في عجلة من أمرنا» فما تعنيه هو (أشعر اليوم وكأني في عجلة من أمري وأنا أكره العجلة، أتمنى لو أن حياتنا ليست بهذه العجلة، أنا أعلم إنها ليست غلطتك ولا غلطتي وبالتأكيد فإني لا أضع اللوم عليك في ذلك. أنا أعلم إنك تحاول جاهداً إيصالنا إلى المكان المقصود وبالموعد المحدد، وأنا حقيقة مقدرة لما تقوم به من رعاية واهتمام. هلاّ قلت لي بعض الكلام اللطيف مثل العجلة أمر غير محبب وإن في العجلة الندامة وفي التأني السلامة، وأنا لا أحب العجلة أيضاً، مثل ذلك الكلام يريحني ويهدأ أعصابي).

ولو أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة: «نحن دائماً في عجلة من أمرنا» هو (أنت إنسان عديم المسؤولية، إنك كسول ولا تتحرك إلا في اللحظات الأخيرة، وبسبب كسلك هذا فإن الهم والغم

يلازماني كلما أكون معك في السيارة، نحن دائماً في عجلة من أمرنا وذلك كي نتمكن من الوصول في الموعد المحدد، كسلك هذا هو السبب في كل ما يحصل، أنت دائماً تفسد علينا المتعة المرتجاة من خروجنا معاً، أشعر بالسعادة الحقيقية عندما أكون لوحدي وبدون رفقتك المملة هذه).

وعندما تقول المرأة: «أريد أن أحس بحنانك وشعورك نحوي» فما تعنيه هو (يا حبيبي لقد أرهقت نفسك في الأيام الأخيرة، لنأخذ إجازة من العمل ونقضي بعض الوقت معاً في مكان هادىء فإني أحب الراحة معك وبعيداً عن كل ما يعكر صفو الجو، أنا أعلم إنك إنسان عاطفي وحساس، هلاّ فاجأتني بشيء أو عمل ما يجعلني أشعر بذلك الحنان والشعور الودي، أنا فعلاً أحب مثل ذلك).

ولو أغضضنا النظر عن هذا التفسير فإن ما يفهمه الرجل من كلام المرأة «أريد أن أحس بحنانك وشعورك نحوي» هو (لقد مات عندك شعور العاطفة وأصبحت إنساناً خال من تلك المشاعر وذلك ما سبب فقداني لشعور الرغبة والعاطفة تجاهك. مهارتك العاطفية قد تضاءلت كثيراً ولم تعد تشبع رغبتي العاطفية أبداً، كم أتمنى أن تكون مثل باقي الرجال في معاملاتهم الممتازة لزوجاتهم».

بعد تفسيرنا لكلام المرأة ولحقيقة ما تقصد من كلامها والذي هو مبهماً بالنسبة للرجل، فلو استعمل الرجل هذا (القاموس) في حياته وتعاملاته المستقبلية مع المرأة عندها سيتمكن الرجل من فهم المقصود الحقيقي لكلام المرأة وشكواها. سيفهم إن لغة المرأة تختلف عن لغته ولن يأخذ كلامها على ظاهره وعلى إنه وحدة واحدة لا تتجزأ ولا يفهمه على طريقته الخاصة، طريقة الرجل.

طريقة الرجل والمرأة في التفكير:

من التحديات الكبرى التي تواجه الرجل هي الفهم الحقيقي للمرأة وذلك عند كلامها عن مشاعرها. وبالنسبة للمرأة فإن التحدي الأكبر بالنسبة لها هو سلامة فهم الرجل وذلك عندما يلتزم جانب الصمت. هذا الصمت المحيّر والذي لا تعرف المرأة أي معنى له وغالباً ما تسيء فهمه، فبالنسبة للمرأة فإن ذلك الصمت هو عبارة عن لغز محيّر.

ما قد يحصل أحياناً هو قيام الرجل وبصورة مفاجأة وبدون أي مقدمات التزام جانب الصمت، يكون الرجل في حالة كلام وبصورة طبيعية ولكن بعد وقت قصير يتغير وينتقل إلى الصمت. بالنسبة للمرأة فإن هذا الصمت شيء غريب وذلك لكونها وبطبيعتها الأنثوية تتكلم دائماً.

عندما يتوقف الرجل عن الكلام ولا يجيب أحداً، ففي البداية تظن المرأة أن الرجل أصيب بحالة الصمم إذ إنه لم يعد قادراً على سماع ما حوله، وهذا هو السبب في عدم تجاوبه بينما في الحقيقة فإن السبب هو شيء آخر، شيء لا يمكن أن يخطر على بال المرأة، إنه أسلوب التفكير!! يختلف الرجال اختلافاً كلياً عن النساء في طريقة وعملية التفكير فالنساء يفكرن بصوت عال مسموع يشاركن الآخرين في تلك العملية فهن يعبرن عن تفكيرهن بالكلام، ومن الغريب إن المرأة قد تكتشف وتتوصل إلى ما تريده من خلال تفكيرها المسموع.

فأسلوب المرأة في التفكير هو أن تفسح المجال لأفكارها في أن تسري في فكرها ومن ثم تجري على لسانها وتقولها بصوت عال مسموع، وذلك يساعدها في رفع الغطاء عن البداهة والحدس لديها. هذه العملية في التفكير هي طبيعية عند النساء وتكون أحياناً ضرورية. بينما نرى طريقة التفكير عند الرجال تختلف عن ذلك الأسلوب تماماً. فالرجل وقبل أن يبدأ بالكلام فإنه يقوم بعملية التفكير الصامت لما سمعه أو شاهده. فأسلوب الرجل هو التفكير أولاً وبعدها إيجاد الجواب أو الحل المناسب، وكل تلك العملية تجري في دماغه وبدون أن

تظهر على لسانه، يفكر بصمت ولا يتفوه بأية كلمة. وبعد أن يجد الجواب المطلوب أو الحل المناسب فإنه يبدأ بالكلام. هذه العملية قد تستغرق وقتاً قصيراً لا يتجاوز أكثر من دقيقة أو حتى أقل من ذلك، وقد تستغرق وقتاً أطول، قد تدوم لساعات طويلة. فالموضوع يعتمد على ما يفكر به الرجل آنذاك.

لذلك فعندما يكون هناك حوار بين الرجل والمرأة ويتخلله طرح بعض الأسئلة الجدية من قبل المرأة وتكون ساعتها في انتظار الرد. فإذا صعب الرد على الرجل وشعر وقتها بأنه ليس لديه المعلومات الكافية أو الجواب المقنع وبدأ بذلك التفكير الصامت والذي يحاول من خلاله الوصول إلى ما يمكن أن يردّ به على المرأة. هذه الفترة، فترة الصمت والتي قد تطول، تحيّر المرأة وتثير غضبها إذ إنها تظن أن الرجل يحاول أن يتجاهلها ويتجاهل حوارها معه. على المرأة أن تعلم أن ظنها هذا هو ظن خاطىء وعليها أن تفهم أن الرجل عند صمته المطبق الرهيب فإنه ومن خلال ذلك الصمت كأنه يقول (عزيزتي سؤالك هو سؤالاً وجيهاً ولك كل الحق في طرحه وإن من واجبي الإجابة عليه ولكني لحد الآن لا أدري ما أقول وليس لدي الجواب الشافي إلا إني أفكر وأحاول أن أجد ذلك فأرجوك إعطائي الفرصة الكافية لذلك) وهو لا يحاول أبداً أن يقول (لا أريد أن أجيب على سؤالك لأنه سخيف ولأني لا أهتم بك وسوف أتجاهلك. فما قلتيه تافه وليس له أي معنى وإني سوف أتجاهله ولن أجيب عليه).

ردة فعل المرأة تجاه صمت الرجل:

عادة ما تسيء المرأة فهم صمت الرجل، ومدى وحجم تلك الإساءة تعتمد اعتماداً كبيراً على حالة المرأة النفسية في تلك اللحظة وعلى ما مرت به ذلك اليوم.

فإذا كانت حالة المرأة النفسية وقتها متدهورة وكان يومها مليئاً بالمشاكل،

فقد تبدأ بتصور الأسوأ «هو يكرهني ولا يحبني ولا يستبعد أن يهجرني ويتركني ومن ثم يطلقني». وهذا التفكير قد يمس عندها أكبر المخاوف عند النساء. ألا وهو «أنا أخشى إنه إذا رفضني وتركني فلن يحبني أحد في المستقبل. أنا إنسانة لا تستحق الحب».

عندما يكون الرجل في حالة صمت فإنه من السهولة جداً على المرأة أن تتوقع الأسوأ والسبب هو طبيعة المرأة في الكلام وفي التزام جانب الصمت. فالمرأة تتكلم مع الناس الذين يحبونها وتحبهم ويحترمونها وتحترمهم، إناس تربطها بهم روابط الود وحب الخير. تتكلم المرأة دائماً ولكنها تتوقف عن الكلام وذلك إما لمنع نفسها من قول بعض الكلام والذي يكون جارحاً وفيه نوع من الإساءة للآخرين، أو لأنها لا تثق بالشخص المقابل ولا تريد التعامل مع ذلك الشخص مستقبلاً.

وبعد التعرف على هذه الحقيقة عند المرأة فلا يجدر بنا أن نتعجب من شعورها بعدم الراحة وعدم الاطمئنان إزاء صمت الرجل.

من الملاحظ عند التقاء إمرأة بإمرأة أخرى وبدئهما الكلام والحوار فإن المرأة التي تستمع لكلام الأخرى تحاول دائماً إعطاء المرأة المتكلمة انطباعاً يؤكد إنها تستمع وتصغي لما تقول وإنها مهتمة بذلك الكلام. يكون هذا الانطباع بصيغ عديدة منها إيماءة رأس، أو قولها نعم، أو همهمة أو ما شابه ذلك.

هذه الطبيعة واستعمال هذه الصيغ والتي تؤكد الاستماع والاهتمام لا وجود لها في عالم الرجل ولا في مفردات قاموسه، لذلك فصمت الرجل الذي يكون في حالة تفكير وعدم جوابه للمرأة المتكلمة يكون له تأثيراً كبيراً على تلك المرأة ويثير عندها مخاوف رهيبة. ولكن لو إن المرأة فهمت حقيقة صمت الرجل وسببه لارتاحت وأبعدت عنها تلك الظنون وعندها يمكنها التفاهم والتعامل مع الرجل.

على المرأة أن تفهم إن الرجل في حالة الإرهاق والتعب فإنه يكون واقعاً تحت ضغط كبير وإن حالته النفسية غير مرتاحة، وفي تلك الحالة فالرجل وبطبيعته وبدون اختيار يلجأ إلى الصمت ولا يحب الكلام. ويمكن أن نطلق على هذه الحالة (دخول الرجل إلى صومعته) وعندما يدخل الرجل إلى صومعته فعندها يصبح ممنوعاً على أي شخص آخر أن يدخل معه تلك الصومعة. فالرجل يدخلها وحده ويحاول جاهداً أن يجد حلاً لمشكلة ما أو أن يضع خطة معينة لمشروع ما. المهم جداً بالنسبة للرجل هو أن يكون لوحده في تلك الصومعة. وفي هذه الحالة فالجدير بالمرأة الابتعاد عن تلك الشكوك والظنون والتي مفادها إن الرجل لا شك وإنه غاضب عليها نتيجة لما قد تكون قالت أو عملت. تحتاج المرأة أن تتعلم أن تترك الرجل وحده في صومعته ولا تحاول أبداً دخولها معه. إنها صومعته التي أوجدها لنفسه ولم يبن فيها مكاناً لشخص آخر. وعلى المرأة أن تعلم أيضاً أن الرجل لا بد له وأن يخرج من تلك الصومعة، طال بقاؤه أم قصر، لا بد من خروجه وعودته إلى المرأة وبالتالي عودة المياه إلى مجاريها الطبيعية.

لا شك إن هذا الأمر صعب جداً على المرأة أن تفهمه لوحدها، فالنساء وبطبيعتهن يتكلمن ويواسين بعضهن البعض، وعدم الكلام في مجتمع النساء معناه الإهمال أو المقاطعة. ولذلك فعندما يصمت الرجل تحاول المرأة أن تساعده ـ وذلك بطريقتها الخاصة ـ وتبدأ الكلام معه وجره إلى المشاركة، وهنا وبدلاً من ترك الأمور تأخذ مجراها الطبيعي نرى تأزم الموقف وحصول مشاكل وقد تصل الأمور إلى ما لا يحمد عقباها. فالرجل يريد أن يفكر بطريقته الخاصة، ألا وهي الصمت. والمرأة المسكينة تخشى أن يكون الرجل صامتاً لأنه غاضباً عليها أو إنه ينوي هجرها، وتقوم بمحاولاتها لتهوين الموقف على الرجل وإعادته إلى طبيعته وذلك بجره إلى الكلام والحديث!!.

وبالإضافة إلى ما تقدم فهناك نقطة أخرى نود أن نذكرها، فالمرأة عندما تلاحظ صمت الرجل فإنها تحاول إخراجه من الحالة التي هو عليها وإعادة الأوضاع إلى حالتها الطبيعية وذلك بطرح العديد من الأسئلة على الرجل. تحاول أن تتعرف على مشاعره وعما يجول في خاطره. تحاول أن تجعل من الرجل متكلماً بينما تقوم هي بدور المستمع المهتم. تظن المرأة وبطريق الخطأ إن تلك الطريقة تساعد الرجل على الخروج من حالة الصمت، بينما نلاحظ إن ذلك التصرف يسبب الازعاج والغضب أكثر عند الرجال.

نوايا المرأة حسنة وسليمة، فهي تحاول مواساة الرجل بطريقتها الخاصة التي تعرفها وتتبعها في حياتها، الطريقة التي ترغب أن يواسيها الآخرون بها عندما تكون هي بحالة نفسية غير مرتاحة. إلا أننا نرى النتائج عكسية وبدلاً من حل المشكلة، نرى تأزم الموقف.

على الرجل والمرأة أن يتوقفا عن تقديم المواساة كل على طريقته الخاصة به. عليهما أن ينتبها ويدركا الفرق بين الجنسين والفرق في التفكير والشعور وردة الفعل عند كل منهما. وبعبارة أخرى فعند صمت الرجل ودخوله إلى صومعته، فالمفروض بالمرأة أن لا تخاف ولا تفزع وأن لا تدع تلك المخاوف تتسرب إلى فكرها وإلى قلبها. عليها أن تفهم إن تلك الظاهرة هي طبيعية عند الرجل وأن تترك له المجال وحب الخروج من تلك الصومعة والعودة إلى الوضع الطبيعي.

وكذلك عندما يلاحظ الرجل استياء المرأة وعدم راحتها فعليه أن لا يتوقف عن الكلام إليها، عليه أن يكلمها ويتعرف على ما يضايقها ومن ثم مواساتها، فتوقفه عن الكلام إليها يزيد من تعاستها.

عند صمت الرجل فعلى المرأة أن تتركه لوحده وأن لا تحاول جرّه إلى الكلام، وعند غضب وانزعاج المرأة فعلى الرجل أن يتكلم مع المرأة ولا يتركها لوحدها إذ إنها تحتاج إلى رعايته.

أسباب التزام الرجل جانب الصمت:

أسباب التزام الرجل جانب الصمت عديدة وأهمها ما يلي:

١ ـ أمامه مشكلة ويحاول إيجاد الحلول العملية المناسبة لتلك المشكلة.

٢ ـ ليس لديه الجواب الصحيح لسؤال ما أو لمشكلة تشغله. فمن الصعب جداً على الرجل أن يعترف بعجزه عن إيجاد الحل أو الجواب المناسب.

٣ ـ عندما يكون الرجل في حالة تعب وإرهاق، ففي مثل هذه الحالة يحتاج الرجل إلى أن يكون لوحده إذ إن ذلك يساعده على الهدوء والراحة. وفي حالة التعب والإرهاق فإنه لا يريد أن يقول أو يفعل أي شيء قد يندم عليه في المستقبل.

٤ ـ يحتاج الرجل إلى أن يجد نفسه (هذه الحالة تنطبق على الرجل عندما يكون في حالة ضياع في حياته العاطفية أو الزوجية). إذ تمر على الرجل أوقات ينسى فيها نفسه ويشعر إن الانغماس الشديد في الحب قد أنهكه وأضعفه وجعل مقاليد الأمور تخرج من يديه، وعليه فإنه يحتاج إلى إعادة تقييم الموقف.

الأسباب التي تدفع المرأة للكلام:

تتكلم المرأة لأسباب عديدة ومختلفة، ومن المهم جداً أن نعرف إن بعض الأسباب التي تدفع المرأة إلى الكلام هي نفس الأسباب التي تدفع الرجل إلى التزام جانب الصمت!. وهنا نورد أهم أربع أسباب لكلام المرأة وهي:

١ ـ لإيصال أو لجمع معلومات «وهذا السبب هو الوحيد الذي يشترك فيه الرجل والمرأة».

٢ ـ لتعرفها على ما تريد قوله «يفكر الرجل بما يريد قوله بصمت. بينما تفكر المرأة بصوت عال ومسموع».

٣ ـ عندما تكون في حالة غضب فالكلام يساعدها على التركيز ومن ثم

شعورها بالراحة «في حالة غضب الرجل فإنه يتوقف عن الكلام ويدخل صومعته أملاً في إيجاد الراحة».

٤ - خلق وبث روح المودة. «تتكلم المرأة بإسهاب وإطالة بينما شعار الرجل هو ما قلّ ودلّ. فالإطالة مضيعة للوقت والجهد ولا داعي لها».

وبدون معرفة هذه النقاط المهمة فإن العلاقة بين الرجل والمرأة يعتريها كثيراً من سوء الفهم والكثير من المشاكل وسببها هو (الاختلاف الطبيعي بين الجنسين).

دخول المرأة صومعة الرجل:

تحصل كثير من المشاكل بسبب محاولة دخول المرأة صومعة الرجل فهي لم تتعلم إن الرجل فعلاً يحتاج إلى العزلة عندما يكون غاضباً أو مجهداً، وهي لا تعلم ما يجري داخل الرجل عندما يكون في تلك الحالة. والأدهى من ذلك هو محاولتها أن تكلمه وتجره إلى الكلام. تقول المرأة للرجل متسائلة: هل هناك مشكلة؟

يجيب الرجل: كلا.

هذا الجواب غير كاف للمرأة، فهي ترى حالة الرجل وتحاول معرفة السبب، وبدلاً من أن تترك الرجل وحده وإعطائه الفرصة اللازمة لكي يتعامل مع حالته هذه بطريقته الخاصة، طريقة الصمت، تقوم المرأة بمقاطعة تلك العملية مرة ثانية وتسأل: أنا أعلم إن هناك ما يضايقك، فما هو؟.

يجيبها الرجل «والذي لا يود الكلام»: لا شيء.

تسأل مرة أخرى: لا تقل لي «لا شيء» أنا أعلم إن هناك شيئاً يضايقك، أخبرني عن ذلك.

يجيبها الرجل: إسمعيني جيداً، أنا (بخير)، والآن اتركيني لوحدي.

تستاء المرأة من جواب الرجل الجاف هذا وتقول: كيف تعاملني هذه

المعاملة الخشنة والقاسية؟ إنك لم تعد تكلمني، كيف يمكن لي أن أعرف عما يجول في خاطرك؟؟ أنت لم تعد تحبني ولم تعد تطيقني ولا تطيق وجودي.

في هذه الحالة يفقد الرجل أعصابه وتبدأ ثورته الداخلية بالخروج وعندها يتفوه بكلمات يندم على قولها عندما يعود إلى حالته الطبيعية. ثورته هذه تشبه لهبة نار تخرج من داخله وتحرق المرأة.

تحرق لهبة النار هذه المرأة وذلك لمحاولتها وبكل جهل دخول صومعة الرجل، وكذلك عندما لم تفهم تعبيرات الرجل الواضحة عليه والبادية على معالمه. فتعبيرات الرجل تكون واضحة وجلية في حالة دخوله صومعته وكذلك حالة خروجه منها.

تقوم المرأة بسؤال الرجل وهو في حالته تلك التي ذكرناها، وتقول: ما الخبر؟ ومن الطبيعي فإن جواب الرجل يكون في منتهى الاختصار، فيقول: لا شيء، أو أنا بخير.

أدناه ست إجابات تدل على كون الرجل في داخل صومعته وهو لا يود الكلام، والجدير بالمرأة تركه وشأنه.

ووضعنا أمام كل إجابة تعليق شائع غالباً ما يصدر من المرأة. وطبيعي جداً فإن هذه التعليقات غير مناسبة والأفضل عدم ذكرها.

إجابة الرجل:

١ ـ لا بأس علي.
٢ ـ أنا بخير.
٣ ـ لا شيء.
٤ ـ الأمور بخير.
٥ ـ المسألة ليست مهمة.
٦ ـ ليست هناك مشكلة.

تعليق المرأة:

١ ـ أنا أعلم أن هناك شيء غير صحيح، فما هو؟
٢ ـ ولكنك تبدو غاضباً، لنتكلم.
٣ ـ أريد المساعدة، أنا أعلم إن هناك ما يضايقك، فما هو ذلك الشيء؟.
٤ ـ هل أنت متأكد؟! يسعدني أن أساعدك.
٥ ـ ولكن هناك ما يضايقك. أعتقد إنه يجب علينا أن نتكلم.
٦ ـ صمتك يدل على وجود مشكلة. أنا يمكن أن أساعدك في حلها.

عندما يكون الرجل في حالة غضب ويقول إحدى العبارات السابقة الذكر، فهو يحاول أن يختلي بنفسه أو يحاول اللجوء إلى جانب الصمت. والمرأة الحاذقة اللبيبة والتي لها دراية بقاموس مفردات الرجل تترك الرجل وشأنه وتفسح أمامه المجال للاختلاء بنفسه حتى يهدأ ويعود إليها ثانية وهو في حالة نفسية أفضل بكثير مما كان عليها في السابق.

تحليل إجابات الرجل:

١ ـ عندما يقول الرجل «لا بأس علي»، فإنه كأنما يقول: لا بأس علي فإني أستطيع أن أتعامل مع المشكلة لوحدي ولا أحتاج لأية مساعدة من قبل شخص آخر. مساعدتك لي هي أن تتركيني لوحدي ولا تخافي عليّ. ثقي به وبقدرتي على حل المشكلة.

هذا ما يعنيه الرجل بالضبط. ولكن في حالة جهل المرأة لذلك التحليل لمنطق الرجل، فإن ما تفهمه من جوابه هو: إن الرجل يحاول أن يتجاهل المشكلة ويحاول إخفاء حقيقة شعوره. وعندها تحاول المرأة القيام بمحاولة لمساعدته وذلك بسؤاله عن المشكلة.

٢ ـ عندما يقول الرجل «أنا بخير»، فإنه كأنما يقول: أنا بخير لأني أعرف كيف أحل المشكلة وأهدّأ من روعي. لا أحتاج إلى أية مساعدة. ولو احتجتها فإني وبلا شك سأطلبها.

هذا ما يعنيه الرجل بالضبط. ولكن في حالة جهل المرأة لذلك التحليل لمنطق الرجل، فإن ما تفهمه من جوابه هو: أنا لا أهتم بما حصل، هذه المشكلة ليست مهمة بالنسبة لي. وأنا لا أهتم ولا أبالي حتى لو كانت قد أزعجتك.

٣ ـ عندما يقول الرجل «لا شيء». فإنه كأنما يقول: لا شيء يضايقني لدرجة إني لا أستطيع حله بمفردي، أرجوك أن تكفي عن أسئلتك هذه.

هذا ما يعنيه الرجل. ولكن المرأة التي لا تعرف ذلك، فما تفهمه هو: إن الرجل لا يعرف ما يضايقه وهو يرجوها أن تطرح عليه بعض الأسئلة والتي من خلالها يستطيع التعرف على ذلك.

وبناء على ذلك الفهم تقوم المرأة بطرح العديد من الأسئلة والتي تضايق الرجل وتثير أعصابه وتدفعه إلى الثورة والهيجان.

٤ ـ عندما يقول الرجل «الأمور بخير» فإنه كأنما يقول: هناك مشكلة ولكن ليس هناك أي لوم عليك، وإذا تركتيني لوحدي وتوقفت عن مقاطعتي ومقاطعة سلسلة أفكاري وتوقفت عن طرح الأسئلة، فإني سأتغلب عليها وأحلها.

هذا هو ما يحاول الرجل إيصاله للمرأة، ولكن المرأة التي لا تعرف ذلك فإنها تفهم: هذه المرة جاءت الأمور سليمة، ولكن عليك أن تتذكري إنها كانت أصلاً غلطتك ولو تكررت مرة ثانية فلا أحد يضمن النتيجة وقد تكون العواقب وخيمة.

٥ ـ عندما يقول الرجل «المسألة ليست مهمة» فإنه كأنما يقول: المسألة ليست مهمة لأني أستطيع إصلاحها. الرجاء عدم الكلام في هذا الموضوع إذ إن الكلام يزيد من غضبي. أنا أتقبل تلك المشكلة ولا مانع لدي من التعامل معها وإني على يقين من قدرتي على حلها. ولكن بدون هذا الفهم

والتحليل فإن ما تفهمه المرأة هو: هذه ليست مشكلة حقيقية، إنك تحاولين أن تجعليها مشكلة وتصنعي من الحبة كبة.

وبناء على هذا الفهم الخاطىء تقوم المرأة بمحاولة إقناع الرجل على إن هناك مشكلة ومن ثم تحاول مساعدته في حلها.

فهم المرأة لإجابات الرجل المختصرة يساعدها على فهم ما يقصده الرجل وذلك عند استخدامه وإطلاقه تلك الإجابات. فما تسمعه المرأة أحياناً وتفهمه هو النقيض لما يقصده الرجل.

ما الذي تفعله المرأة عند دخول الرجل صومعته؟

هل إن كلام المرأة يساعد الرجل في الخروج من صومعته؟ كلا وألف كلا. فكلما الحّت المرأة في الكلام وطالت فترة محاولاتها، كلما طال صمت الرجل وازداد غضباً.

وكذلك فانتقادات المرأة وتعليقاتها على صمت الرجل يزيدان من فترة الصمت.

يدخل الرجل صومعته وذلك لكونه إما غاضباً أو مرهقاً أو إن أمامه مشكلة ويحتاج إلى حلها. وبدخول الرجل إلى صومعته فهو بذلك يحاول أن يتعامل ويتخلص من المنغصات وذلك لكي يتمكن من العودة إلى حياته الطبيعية. وهناك ستة توصيات يمكن للمرأة من خلالها أن تساعد الرجل على تقصير تلك الفترة، فترة الصمت ومن ثم عودته إلى وضعه الطبيعي.

١ ـ لا تعارضي رغبته في العزلة المؤقتة.

٢ ـ لا تحاولي مساعدته في التغلب على مشكلته/ مشاكله وذلك من خلال طرح بعض الحلول.

٣ ـ لا تحاولي تلطيف الجو وذلك بطرح أسئلة على الرجل للاستفسار عن مشاعره.

٤ ـ لا تقفي بباب صومعته انتظاراً لخروجه.

٥ ـ لا تخافي عليه ولا تشعري بالأسف على حاله.

٦ ـ حاولي أن تشغلي نفسك بشيء يعود عليك بالبهجة والراحة.

ما يريده الرجل من المرأة هو أن تثق به وبمقدرته على معالجة المشاكل وإيجاده للحلول المناسبة. وثقة المرأة هذه تزيد من فخر الرجل واعتزازه بنفسه وتقوّي عزيمته. إلا إنه من الصعب على المرأة أن لا تقلق على الرجل وهو في هذه الحالة، فالقلق عند النساء هو طريقة تعبّر بها النساء عن الحب والرعاية. فمن الخطأ أن يفرح الإنسان عندما يكون الشخص الآخر في حالة تعاسة وعدم راحة. هذا هو أسلوب التفكير الطبيعي عند المرأة إلا أن الرجل وفي حالة صمته ودخوله صومعته فإنه يفضّل أن يرى المرأة سعيدة على أن يراها قلقة وخائفة عليه وتحاول أن تساعده بطريقتها الخاصة. نعم إنه يفضل أن يرى المرأة سعيدة إذ أن سعادة المرأة في تلك اللحظة بالنسبة للرجل معناها تخلصه من مشكلة، تلك المشكلة هي كيفية إسعاد المرأة.

وكذلك فإن شعور المرأة بالسعادة يوحي للرجل بأنها تحبه، وهذا ما يساعده على سرعة الخروج من تلك الحالة.

ومن الفوارق بين الرجل والمرأة والتي تثير الضحك هي أن المرأة وعندما يكون الشخص الذي تحب واقعاً في أزمة فإنها تعبر عن حبها وذلك بالقلق على ذلك الشخص، بينما يعبّر الرجل عن حبه بعدم القلق!!!.

يتساءل الرجل: كيف يمكن أن تقلق على شخص تحبه وتثق به؟! ولذلك فعندما يريد الرجل مساندة رجلاً آخر فغالباً ما يقول له «لا تهتم» أو «أنت أهلاً لها» أو «إنها مشكلتهم وليست مشكلتك» أو «أنا متأكد من إن المشكلة ستزول».

مساعدة الرجال لبعضهم البعض تتم عن طريق إزالة شعور القلق أو

بمحاولة تقليل شأن وحجم المشكلة وإعطاء الأمل.

أسلوب الرجل هذا لا بأس به وذلك عند تعامله مع رجل آخر مثله، إلا إن ذلك الأسلوب يمكن أن يكون له تأثيراً سلبياً بالغاً في حالة اتباع الرجل له عند تعامله مع امرأة. فعندما تكون المرأة أمام مشكلة فعلى الرجل أن لا يحاول مساعدتها بطريقة الرجال، وهي محاولة إزالة شعور القلق أو التقليل من حجم المشكلة. حذاري فإن ذلك الأسلوب يزيد من تعاسة المرأة.

يمكن للمرأة في حالة صمت الرجل أن تلهي نفسها بأمر ما يساعدها على الراحة والابتعاد عن القلق على الرجل، يمكن أن تشغل نفسها بقراءة كتاب أو بمشاهدة التلفزيون أو الذهاب إلى المطبخ أو حتى القيام بزيارة صديقة أو جارة لها. هذا التصرف من قبل المرأة يساعد الرجل كثيراً ويعيد إليه ثقته بنفسه ويقوّي من عزيمته وعندها تزداد عزيمة الرجل ويزيد إصراره للتغلب على تلك المشكلة والعودة إلى شعوره الطبيعي.

على المرأة أن تعوّد نفسها على ظاهرة الصمت عند الرجل وعليها أن تساعده، ولا تأتي تلك المساعدة عن طريق الكلام إليه أو عن طريق غضبها واستيائها. أبداً، فالمساعدة الحقيقية هي ترك الرجل على ما هو عليه ومن ثم تشجيعه وبالأسلوب الصحيح على الخروج من تلك الحالة. وعند صمت الرجل فيمكن للمرأة أن تقوم بما يسمى «جسّ النبض» عند الرجل وذلك بقولها: أخبرني عندما تريد أن تتكلم، فإني حقيقة أحب أن نقضي بعض الوقت معاً».

تخاطب المرأة مع الرجل:

الرجال وبطبيعتهم، سواء كانوا في حالتهم الطبيعية أو في حالة الصمت فإنهم لا يحبذون النصيحة المجانية أو المواساة من قبل أي شخص. فهم وبطبيعتهم يريدون دائماً أن يثبتوا لأنفسهم وللآخرين مقدرتهم على مجابهة الأحداث وإنجاز المهام، وكل ذلك يتم بجهودهم الفردية وبدون مساعدة أي إنسان آخر.

يحب الرجل أن يسمع كلام المرأة عندما يكون فيه دلالة على وثوقها به وعلى مقدرته ورجولته «الإطراء والمديح» وكذلك على استعدادها للوقوف إلى جانبه وتقديم المساعدة في حالة طلبه لها.

هذه هي طبيعة الرجال، إلا أن الشائع في كثير من المجتمعات هو قيام المرأة بتوجيه الانتقادات والكلام الجارح أو تقديم النصائح وذلك عند قيام الرجل بعمل لم يعجبها أو إن نتائج ذلك العمل لم تأتي على هواها.

وعليه فإن تعلم المرأة للطريقة الجديدة ومزاولتها أمراً ليس سهلاً في البداية وذلك لأنها ومنذ طفولتها نشأت وترّبت على الطريقة التقليدية التي تعلمتها من والدتها ومن النساء الأخريات، إذ إن كثير من النساء يلجأن إلى النقد أو «الاعتراض الهائج والساخر أحياناً» عندما لا يعجبهن ما قام به الرجل.

أسلوب المرأة هذا يغضب الرجل ويدفعه إما إلى ترك الموضوع أو إلى محاولة الدفاع عن نفسه وعن العمل الذي قام به وذلك عن طريق الكلام أو قد تصدر من الرجل تصرفات لا تحبها المرأة ولا تتمناها.

تشتكي الزوجة (ولنطلق عليها اسم علياء) من تصرفات زوجها (ولنطلق عليه اسم رمزي)، فهو لا يهتم بمظهره ولباسه في الخارج وكذلك فإنه وعندما يكون مع أصدقائه يقوم ببعض الأعمال تعتبرها الزوجة غير لائقة به ولا بمكانته والتي تؤدي إلى مشاكل. تتساءل عليهاء عن الحل؟ الجواب هو وبالتأكيد أن تبتعد كلياً عن النقد والاحتجاج وتقديم النصيحة، ما عليها عمله هو الرضا وعدم إلقاء محاضرة، التظاهر بأن الموضوع طبيعي وإنها مقتنعة بذلك.

عندما يلاحظ رمزي رضا علياء وعدم احتجاجها فإنه عندها يشعر بالارتياح ويبدأ بعد ذلك تدريجياً بسؤالها عن رأيها. وإذا شعر أنها غير مصرة ولا مصممة على تغييره وتغيير أسلوبه إلا إنها تفضل أسلوباً آخر، عندها سيبدأ رمزي بالتفكير بكلام ورغبة زوجته. وهذا التفكير وحبه لها سيؤديان وبدون أي شك إلى نتائج إيجابية ترضي الطرفان.

يمكن للمرأة وبإتباعها لأسلوب الود والرجاء أن تطلب من زوجها ما ترغب به وما تريد وستحصل عليه (مع الحرص التام على عدم النقد وتقديم النصيحة). وهناك أربعة طرق رئيسية يمكن للمرأة اتباعها، وهي:

١ - يمكن للمرأة أن تبين لزوجها عدم إعجابها بطريقة لبسه (الابتعاد عن إلقاء محاضرات حول كيفية اللبس وأصوله). فيمكن للمرأة ومن فترة لأخرى أن تقول أشياء تبدي فيها عن شعورها وذلك مثل قولها «لا يعجبني أن أراك هذه المرة مرتدياً هذا القميص، هل يمكن أن ترتدي قميصاً آخراً؟».
وهنا إذا شعرت الزوجة انزعاج زوجها من تلك الملاحظة فعليها أن تحترم حساسيته وتحاول وبلباقة أن تعتذر عن ذلك، كأن تقول: «أنا آسفة فقد كان مجرد رأي ولم أقصد أن أعلمك كيفية اللبس».

٢ - إذا كان الرجل من النوع الحساس جداً، ففي حالة ارتداء الزوج لذلك القميص، فالأحرى بالمرأة أن تسكت ولا تحاول أي شيء، ولكن بعد عدة أيام يمكنها وبكل هدوء أن تحاول معه وذلك بقولها «هل تتذكر ذلك القميص الأزرق الذي ارتديته مع البنطلون البني، الحقيقة إن تلك التشكيلة لم تعجبني، هل يمكن أن ترتديه مع البنطلون الرصاصي؟».

٣ - يمكن للمرأة أن تطلب من الرجل أن يأخذها معه عند ذهابه لشراء ملابس في المرة القادمة وتبين له إنها تود أن تختار له هذه المرة ملابس على ذوقها. فإذا كان جواب الرجل هو الرفض الشديد فإن ذلك دليل أكيد على عدم رغبته وأنه «لا يريد أمّاً تختار لابنها». أما إذا كان جوابه بالموافقة، فعندها يمكن للمرأة أن تقوم ببعض الاقتراحات البسيطة، الابتعاد عن النقد وإلقاء المحاضرات.

٤ - يمكن للمرأة أن تقول للرجل ما معناه «هناك شيئاً أود أن أقوله لك ولكن لا أدري كيف أبدأ بذلك ـ وهنا تتوقف قليلاً عن الكلام ثم تسترسل قائلة ـ ليس قصدي جرح مشاعرك ولكني حقيقة أود أن أخبرك ذلك. هلا

سمعتني أولاً وبعد ذلك يمكنك أن تخبرني بطريقة أفضل في الكلام. وبعد ذلك وبكل هدوء تبدأ كلامها حول الموضوع.

لهذا الأسلوب تأثير خاص على الرجل، فعند سماع الرجل لتلك المقدمة فإنه عندها يجهّز نفسه لسماع (صدمة متوقعة) وعندما يكتشف إن الموضوع ليس بذلك الحجم وإنه عبارة عن رأي في اللبس وليس أكثر، فيمكن للرجل أن يتجاوب.

وكذلك يمكن للمرأة استخدام الطرق السالفة الذكر في أمور أخرى غير اللبس، إذ يمكنها استخدامها في طريقة وآداب الطعام (حذاري من القيام بذلك أمام شخص ثالث ومهما كانت درجة صلته وقربته) ويمكنها أن تقوم بها في أمور حياتية أخرى.

عندما يحتاج الرجل للمساعدة:

يتضايق الرجل كثيراً وقد يشعر بالاختناق وصعوبة التنفس وذلك عندما تحاول المرأة وبطريقتها الخاصة أن تريحه وتساعده في حل مشكلة ما. فهو في تلك اللحظة يشعر بأن المرأة لا تثق به ولا بقدراته على التعامل مع المشاكل وحلها. وقد يشعر وقتها بأن المرأة مسيطرة عليه وتعامله معاملة الطفل أو يشعر إنها تحاول أن تحدث بعض التغيير فيه.

وهذا لا يعني أبداً إن الرجل لا يحتاج إلى الحب والرعاية ومساعدة المرأة. وعلى المرأة أن تدرك إنها يمكن أن تقدم للرجل أفضل خدمة وذلك بامتناعها عن تقديم النصيحة المجانية لحل مشكلة ما. لا شك إن الرجل يحتاج أحياناً إلى حب المرأة في المساعدة ولكن بطريقة أخرى تختلف تماماً عن الطريقة التي تفكر المرأة بها وتتبعها.

عندما تواجه الرجل مشكلة ما فإنه يحاول وبكل جهده أن يتعامل معها ويحلها بنفسه، أما إذا استعصيت عليه فإنه وقتها يبدأ بالبحث عن المساعدة أو النصيحة. ولكن في حالة حصول الرجل على قدر من المساعدة أكثر مما كان

يتوقع أو أن يحصل على المساعدة بسهولة وبسرعة، فإنه عندها يفقد شعوره بالقوة والقابلية الشخصية وبعد ذلك ينتابه شعور الكسل أو عدم الاطمئنان.

لكي يتغلب الرجل على المشاكل فإنه يحاول أولاً أن يقوم بالعمل بنفسه، وإذا شعر بأنه يحتاج إلى المساعدة فإنه يقوم بطلبها بنفسه. وذلك طبعاً يؤثر على شعوره فهو يشعر وقتها بالضعف وعدم القدرة.

مسألة تقديم المساعدة للرجل في غير وقتها قد تجعل الرجل يشعر بالإهانة. فعندما يذهب الرجل إلى المطبخ ويحاول حشو الدجاجة وأثناء ذلك تأتي الزوجة ويسمع منها نصائح وانتقادات وتعليمات، فإنه وقتها يتضايق ويشعر وكأنها لا تثق به، ونراه يصرّ على حشو الدجاجة بطريقته هو ويقاوم كل تلك النصائح والانتقادات.

ولكن لو كانت الزوجة هي التي في المطبخ وأثناء عملها يأتي الزوج ويحاول مساعدتها في حشو الدجاجة، فإن النتيجة تختلف تماماً إذ إن المرأة تشعر بأن محاولة الرجل لمساعدتها ما هي إلا دلالة على حبه لها واهتمامه بها.

يرغب الرجال بأن يكونوا مصدر ثقة، بينما ترغب النساء بالرعاية. فعندما يسأل الزوج زوجته ويقول «ما الموضوع يا عزيزتي؟» وتكون علامات الاهتمام بادرة عليه، فإن شعور المرأة وقتها هو الارتياح وذلك لاهتمام زوجها بها.

ولو إن الزوجة هي التي سألت الزوج وقالت «ما الموضوع يا عزيزي» وبنفس الأسلوب، فإن ردة فعل الرجل تكون مختلفة عن ردة فعل المرأة إذ إنه قد يشعر بالإهانة، يشعر وقتها بأنها لا تثق به ولا بقدراته.

الاهتمام الكثير يخنق الرجل:

عندما عاد هشام من شهر العسل كان عليه أن يسافر يوم السبت إلى إحدى الدول المجاورة وذلك لإنجاز بعض المهام. يوم الجمعة وقبل موعد السفر بيوم واحد سألته زوجته إقبال عن الوقت الذي يجب أن يستيقظ في الصباح. وبعد ذلك سألته عن موعد إقلاع الطائرة وبعد ذلك قامت بطرح أسئلة أخرى عديدة

وكلها ذات صلة بالسفر، فما الذي حصل نتيجة ذلك؟ بالنسبة لإقبال فإن أسئلتها تلك كانت من باب الاهتمام والرعاية والمساعدة والوقوف إلى جانب زوجها هشام. إلا إن الزوج هشام لم يشعر بذلك، فأسئلتها تلك كانت مصدر ضيق بالنسبة له. استيقظ الاثنان صباح يوم السبت وبدأت إقبال بطرح أسئلة أخرى، وسألت: هل وضعت تذكرة السفر في حقيبتك اليدوية؟ وهل أخذت معك ما يكفيك من الملابس؟ وهل أخذت معك كمية كافية من النقود؟ وهل أنت متأكد من العنوان الذي ستذهب إليه؟.

كل هذه الأسئلة كانت ـ بالنسبة لها ـ من باب الاهتمام والرعاية. أما ما شعر به الزوج هشام هو العكس من ذلك، شعر بأن زوجته لا تثق به ولا بقدرته على الاهتمام بنفسه.

وبعد ذلك صرح عما في صدره ورفع صوته وبكل غلاظة قال لها «لقد كبرت ولم أعد طفلاً أحتاج إلى رعاية أم».

مسكينة إقبال فكل ما كانت تحاول القيام به هو مساعدة زوجها والوقوف إلى جانبه. ومسكين هشام فإن إقبال وبدون أية دراية جعلته يشعر وكأنه طفل لا حول له ولا قوة ولا دراية ولا قدرة على الاهتمام بنفسه!!! كم من هذه الأمثلة تحصل في حياتنا اليومية، سواء كانت رحلة طائرة أو غير ذلك؟!!.

ضرورة إجراء بعض التغييرات:

كي نستطيع نحن معشر الرجال والنساء أن نتعايش مع بعضنا البعض بسلام ونتمكن من الاستمتاع بحياتنا علينا جميعاً أن ندرك حقيقة الاختلاف بين الجنسين ونؤمن بها. ولو أننا استمرينا بالطريقة التي نحن عليها حالياً فإن الحياة ستكون مليئة بالآلام والمعاناة، آلام ومعاناة تتكرر يومياً ولا نهاية لها ونتيجة ذلك فإن نسبة الطلاق ستبقى على ما هي عليه. ولكي نستطيع أن نتعايش مع بعضنا البعض ونقلص أو حتى نتخلص من الأسباب الأساسية التي تعكر علينا صفوة الجو، علينا جميعاً إدراك تلك الحقيقة الثابتة، حقيقة الاختلاف ومن ثم

إجراء بعض التغييرات، تغييرات تعتبر جزئية ولا تمس مطلقاً كبرياءنا أو شخصياتنا أو حتى طبيعتنا. تغييرات خالية تماماً من أية تضحية إذ إن معظم هذه التغييرات تتعلق بإسلوب الكلام وردود الأفعال.

فعندما يتقوقع الرجل الغاضب أو المجهد ويدخل تلك الصومعة، صومعة الصمت ويترك المرأة في حيرة من أمرها ويتركها عرضة للأفكار السلبية المخيفة وعندها لا ندري ما تفعل ولا ما سينتج عن ذلك التقوقع والصمت الرهيب المخيف. فلو أن الرجل وقبل دخوله في تلك الحالة حاول أن يفهم المرأة بأنه ونتيجة للإجهاد أو التعب الذي يعانيه، أو أن أمامه مشكلة يعاني منها وعليه أن يجد الحل المناسب لها، يخبرها إنه ونتيجة لذلك فإنه يحتاج إلى بعض الوقت ليختلي بنفسه بعيداً عن كل شيء ولا يحب الكلام مع أي شخص. وإنه بعد ذلك سيعود إلى حالته الطبيعية فإن المرأة ساعتها ستتفهم الموقف وستساعد الرجل على المرور بتلك المرحلة بسلام وبدون أن تسبب له أية إزعاجات أو مؤثرات سلبية.

هذا التصرف أو التغيير البسيط والذي لم يكلف الرجل شيئاً سيكون له مردود عظيم وسينقذهما من مشاكل كبيرة ومعاناة قاسية.

صدقني أيها الرجل الفاضل إنّ اتباع هذا الأسلوب الجديد والذي هو أمر بسيط وسهل سيجنّبك ويجنب العائلة الكثير من المشاكل خصوصاً إذا أوضحت للمرأة بأنك «ستعود حتماً إلى حالتك الطبيعية بعد فترة قصيرة». هذا التأكيد هو مفتاح سر سعاددة المرأة. تذكر بأن المرأة وبطبيعتها تفسر ذلك الصمت المبهم تفسيراً مخيفاً بالنسبة لها وإن نتائجه وبدون شك سيئة وإن عواقبه وخيمة وقد تصل إلى الطلاق وتدمير العائلة. ولنفرض إن الرجل لم يقم بإجراء ذلك التغير من جانبه فيمكن للمرأة أن تجري تغييراً بسيطاً من جانبها هي، وأيضاً فإن ذلك التغيير سيجنبهما كثيراً من المشاكل.

ففي حالة دخول الرجل صومعته وتوقفه المفاجىء عن الكلام، يمكن

للمرأة وقتها أن تفهم إن صمت الرجل هذا لا يعني ولم ينتج عن أي تقصير من جانبها وإنها غير مسؤولة عنه. إنها طبيعة الرجال وإنه لن تكون هناك أية نتائج سلبية تؤثر عليها وعلى العائلة، وإن واجبها كزوجة يحتم عليها الوقوف إلى جانب زوجها ومساعدته على الخروج من تلك الحالة التي هو عليها وبالأسلوب الصحيح وليس بالأسلوب الذي تعودت عليه ومارسته مع النساء الأخريات. صدقيني أيتها المرأة الفاضلة إذا قمت بذلك التغيير البسيط فإنك ستفرحي الرجل كثيراً وبالتالي يزداد حبه لك، وكذلك فإنك ستجنبين نفسك والعائلة مشاكل كثيرة.

تجنّب الملامة:

إحدى مصائب الرجل هي عدم فهمه (لحالة الغضب عند المرأة)، فعندما تغضب المرأة فإنها تبدأ بالكلام والشكوى، ولا تشتكي من شيء واحد أو أمر معين فنراها تبدأ بالتحدث عن جملة من المشاكل تمر بها وبالعائلة في ذلك الوقت وبعدها تبدأ بالكلام عن مشاكل حصلت في الماضي وقد تنتقل إلى التحدث عن مشاكل متوقعة في المستقبل ولا تتوقف المرأة عن ذلك من تلقاء نفسها. نعم فهي تحتاج إلى عامل خارجي يساعدها على التوقف عن الشكوى!.

والمصيبة عندما يسمع الرجل كل تلك الشكاوى من المرأة الغاضبة فإن ما يفهمه من ذلك هو إنها تضع اللوم عليه في كل ما حصل وكل المشاكل التي ذكرتها. نعم يشعر وكأنها تضع اللوم عليه في كل ذلك. في المشاكل التي حصلت والتي ستحصل في المستقبل. فما النتيجة من ذلك الموقف؟ النتيجة هي هيجان الرجل وعدم سكوته، يبدأ الرجل بالكلام محاولاً الدفاع عن نفسه، نعم بالنسبة له فإنه في تلك الحالة يحتاج إلى تبرئة نفسه من كل التهم المنسوبة إليه ظلماً، وبعد ذلك قد يضطر إلى شن هجوم مضاد، هجوم يحاول من خلاله إثبات براءته وإدانة المرأة فيبدأ بالتهجم عليها واتهامها بأنها امرأة تحب المشاكل وتحاول تدميره وتحطيم أعصابه وإرساله إلى مستشفى المجانين وهي عبء ثقيل عليه وإن وضعه بدونها أفضل له ولصحته، وقد تتطور الأمور إلى أبعد من ذلك.

لو علم الرجل أن المرأة الغاضبة وبطبيعتها التي لا تستطيع أن تتحكم بها تحاول أن تشارك الآخرين والمقربين منها مشاعرها آنذاك. نعم تحاول مشاركة الآخرين مشاعرها وذلك عن طريق الكلام عندما تتكلم المرأة عن تلك المشاكل فإنها لا تقصد أبداً لوم أولئك الذين تشاركهم المشاعر على ما يحصل من مشاكل. إنها مجرد مشاركة شعور لا أكثر ولا أقل.

مع إدراكنا للفرق بين الرجل والمرأة في هذا المجال، هنا يمكن للمرأة أن تشتكي وبصوت عال مسموع إلا إنه يمكن إجراء بعض التغيير. فلكي لا نجعل الرجل يشعر وكأن المرأة تحاول إيقاع اللوم عليه فيما يحصل يمكن للمرأة وفي ختام (ثورتها) من الشكاوى أن تقول بعض العبارات، عبارات يمكن من خلالها أن يفهم الرجل أنه ليس هو المقصود أو الملام. يمكنها أن تقول مثلاً «أنا فعلاً سعيدة إذ إني أستطيع أن أتحدث معك عن كل هذه المشاكل» أو «تحدثي عن المشاكل يجلب لي الراحة ويهدأ أعصابي» أو «طيب، الآن وبعد أن تكلمت عن كل هذه المشاكل فإني أشعر أفضل من قبل».

هذا التغيير البسيط والمتمثل بإضافة جملة بسيطة في نهاية الكلام له مفعول قوي وتأثير بالغ على مسامع الرجل وعلى ردة فعله. وبدلاً من إغضاب الرجل فإنه سيفهم كلام المرأة على أنه طبيعي ولا تقصد أن توقع اللوم عليه ولا تحاول أن تسبب له مشاكل جديدة ولا إنها نكدية الطبع.

كذلك يمكن للمرأة وأثناء غضبها وشكواها أن تذكر الرجل بأنه ليس المقصود في شكواها وإنه زوج ممتاز وإنها لا تنسى ما قام به من أعمال طيبة من أجلها من أجل إسعادها، فمثلاً يمكن للمرأة الغاضبة والتي تشتكي من ظروف العمل أن تذكر لزوجها إن ما يهّون عليها الموضوع هو وجود زوج ممتاز في حياتها، زوج تشتاق لرؤيته بعد كل العناء والجهد في العمل، فهو الذي يستمع إليها ويخفف عنها تلك المشاعر.

وأيضاً فإذا كانت الزوجة الغاضبة تشتكي من بعض أوضاع المنزل، فيمكن

لها وأثناء شكواها أن تبين لزوجها اعترافها بجهوده التي يبذلها دائماً من أجل تنظيم المنزل «وهنا يمكن أن تذكر بعض الأمثلة».

وفي حالة شكوى المرأة والتي تتعلق بحالة العائلة المادية، فيمكن لها أن توضح للزوج بأنها تعلم جيداً أن زوجها يبذل كل جهده ويحاول المستحيل من أجل رفعة العائلة ووضعها المادي وإنها فعلاً مقدّرة له ذلك الجهد.

وإذا كان غضبها وشكواها عن تربية الأطفال ومشاكلهم، فإنها يمكن أيضاً أن تذكر مساعدات الزوج لها في هذا الخصوص ومدى شكرها لذلك.

ملامة النفس مقابل ملامة الآخرين:

من الفوارق الشائعة بين الرجل والمرأة هو مسألة وضع اللوم الفوري عند حصول أية مشكلة أو معضلة. فالنساء عادة ما يضعن اللوم على أنفسهن في البداية، أما الرجال فإنهم عادة ما يضعون اللوم على الشخص المقابل أو أي شخص آخر (لا يمكن أن يضع الرجل اللوم على نفسه في البداية أبداً).

هذه مسألة سايكولوجية وفلسفية سنحاول توضيحها بشكل يسهل على الجميع فهمها. عندما يكون هناك مشكلة ما أو مأساة، نرى وقتها المرأة تضع اللوم والتقصير على نفسها إذ إن أول ما تراه هو (أنها مسؤولة عما حصل) وبعد التوسع في التفكير تتمكن المرأة من ملاحظة وإدراك تقصير الآخرين ومساهماتهم في خلق تلك المأساة وقد تغير رأيها في تحمل المسؤولية، وهنا تكون المرأة في البداية قاسية في الحكم على نفسها، ولكن تقلّ حدّة ذلك عندما يتبين لها مدى مساهمات الآخرين في التقصير وفي تحمل المسؤولية، وهذا التصرف نابع من كون المرأة تتصف بما يسمى (الإدراك المفتوح الموسع).

أما الرجال فإنهم في البداية أسرع من البرق في تبرئة أنفسهم ووضع اللوم على الآخرين. هذه هي القاعدة عندهم، إتهام الآخرين بالتقصير أولاً وبعد ذلك محاولة التعرف على الحقيقة ومدى مساهماتهم في خلق تلك المشكلة؛ يركزون أولاً على مساهمات الآخرين في خلق المشكلة وبعد ذلك يبدأون في التفكير

والتعرف على الحقيقة. هذا التصرف نابع من كون الرجل يتّصف بما يسمى (الإدراك التركيزي).

الإدراك التركيزي عند الرجل يرى المشاكل على إنها عقبات تحول دون تحقيق الهدف، ومن هذا المنطلق التركيزي فإن أي عائق في طريق الرجل يؤدي إلى ملامة.

على الجانب الآخر فالإدراك الموسع يرى المشكلة بحجم أكبر من حجمها الطبيعي وإنها تحتاج إلى تصحيح.

ومن هذا المنطلق فالمرأة وأثناء حصول المشكلة ترى الطرق الأخرى التي كان يمكن لها أن تسلكها، تلك الطرق التي كان يمكن أن تؤدي إلى تفادي حصول تلك المشكلة. وبناء على ذلك الأسلوب فإنه يسهل على المرأة أن تشعر بالمسؤولية وتضع اللوم على نفسها. وهنا نود أن نذكر موقف الرجال وسوء فهمهم لتصرف المرأة هذا. نعم فعندما تقوم المرأة بملامة نفسها في البداية وبعد ذلك ونتيجة لتوسعها في التفكير تضع اللوم على الرجل أو على أشخاص آخرين، يظن الرجل أن المرأة تضع اللوم على نفسها محاولة منها في امتصاص غضب الرجل، يتصور أن المرأة تلوم نفسها كي تهدأه.

وبعد أن تحاول المرأة التعرف على مساهمات الآخرين ومن ضمنهم الرجل في خلق تلك المشكلة، يتصور الرجل أن هذه المرأة في منتهى الدهاء والمكر. ففي البداية لامت نفسها لتهدأني والآن تحاول إيقاع اللوم على الآخرين؟ ما أدهاها. لا يا عزيزي الرجل لا تظلم المرأة ولا تكن قاسياً في حكمك عليها. إعلم أن هذه المرأة تتصرف من منطلق طبيعتها النسائية في التفكير والتي تختلف عن طبيعتك، إنها ليست ماكرة أو داهية أو... أو... لا تتصور أن تصرفها هذا نابع من تخطيط ماكر.

تخلق هذه الاختلافات الطبيعية في التفكير وفي ردة الفعل اضطرابات وحيرة في العلاقة بين الرجل والمرأة. فعندما تحصل مشكلة ما ويضع الرجل

اللوم على المرأة في البداية، تظن المرأة وبطريق الخطأ أن الرجل قد فكّر في إمكانية مساهمته شخصياً ومساهمة الآخرين في خلق تلك المشكلة (كما تفعل المرأة بطبيعتها النسائية في مثل هذا الموقف) وبالتالي فإن لومه هذا هو نتيجة نهائية مبنية على تفكير عميق.

وبناء على هذا التحليل النسائي فإن المرأة لا تنتظر وتكون ردة فعلها قوية وتحصل المشكلة. وهنا نقول لو أن المرأة تمهلت قليلاً في ردة فعلها (يمكن للمرأة أن تتصرف بهذا الشكل في حالة واحدة فقط ألا وهي معرفتها بطبيعة الرجل في إيقاع اللوم)؛ لو تمهلت وأعطت المجال للرجل في التعمق في التفكير بالمسألة وذلك من أجل رؤية إمكانية مساهمته هو شخصياً أو على الأقل إمكانية مساهمات الآخرين، لو تمهلت المرأة فقد تحصل نتائج جديدة. قد يرى الرجل من هو المقصر الحقيقي قد يكون هو نفسه المقصّر وليست المرأة. المهم أن تعلم المرأة بأن حكم الرجل المبدئي كان حكماً تلقائياً فورياً صادراً من طبيعته التي تدفعه إلى تبرءة نفسه وإيقاع اللوم على الآخرين في البداية.

عندما تكون معنويات الرجل هابطة ونفسيته محطمة ففي ذلك الوقت يشعر الرجل بالقلق وعدم الأمان، وذلك الشعور يمنعه من إمكانية رؤيته لمسؤولياته في خلق المشاكل. وفي مثل هذه الحالة يكون مبدأ الرجل في اتهام الآخرين واضحاً جداً ومتكرراً. وكلما زاد شعور القلق وعدم الأمان عند الرجل كلما زاد الرجل من إيقاع اللوم على الآخرين. يعتبر هذا المبدأ بمثابة غطاء واقي يحتمي الرجل خلفه.

هذه النقطة لا يمكن للمرأة فهمها أو حتى الانتباه إليها والسبب هو عندما تكون المرأة تمر في مثل هذه الحالة، حالة القلق وعدم الأمان، فإن تصرفها يكون عكس تصرف الرجل. يزداد عندها مبدأ إيقاع اللوم على نفسها.

عندما تحصل مشكلة ما وتقوم المرأة بإيقاع اللوم على الرجل فالرجل في كثير من الأحيان لا يعطي ذلك الاتهام أهمية كبيرة والسبب هو أن الرجل يتصور

بأن المرأة ستتمكن بعد قليل من التعمق في التفكير من رؤية الحقيقة، تلك الحقيقة التي تقول بأنه بريء وإنها هي المسؤولة عن المشكلة التي حصلت. يتصرف الرجل بهذا الشكل والسبب هو تصوره بأن تفكير المرأة مشابه لتفكيره.

لا يدرك الرجل بأن المرأة قد قامت أصلاً بذلك، إنها فعلاً فكرت بالموضوع وبإمكانية كونها المسؤولة عن تلك المشكلة وبعد تفكير عميق توصلت إلى النتيجة التي تقول بأن الرجل هو المسؤول عن تلك المشكلة.

إدراكنا ومعرفتنا للاختلافات السايكولوجية بين الرجل والمرأة يفتح آفاقنا ويساعدنا على تفهم تصرفات كلا الجنسين، وكذلك يجلب انتباهنا إلى أن العلاقة بين الرجل والمرأة علاقة فريدة ويتخللها الكثير من التصرفات التي تعتبر غير مألوفة وغير طبيعية بالنسبة لكليهما، فالرجل يسيء فهم تصرفات المرأة والمرأة كذلك تسيء فهم تصرفات الرجل. وعند حصول أية مشكلة فعلينا آنذاك أن نتذكر تلك الاختلافات وبالتالي عدم استعجالنا في ردود أفعالنا أو في إطلاق حكمنا على الطرف الآخر.

مشاركة المسؤولية:

يختلف عالم اليوم عن عالم الأمس، في عالم الأمس كان الرجل هو المسؤول الوحيد عن توفير المال وسد احتياجات العائلة وكان عليه أن يجدّ ويجتهد ويعمل طوال الوقت من أجل الحصول على المال اللازم لتغطية كل تلك النفقات والمصاريف. وقد يضطر الرجل للاشتغال في أعمال قاسية ولساعات عمل طويلة، وقد يضطر الرجل إلى العمل في مكانين ولساعات طويلة.

أما مسؤولية المرأة فكانت القيام بمهام المنزل، فهي مسؤولة عن تنظيف المنزل والملابس وإعداد الطعام وإنجاب وتربية الأطفال والاهتمام بهم وإعدادهم إعداداً جيداً.

أما عالم اليوم فإنه يختلف تماماً عن ذلك العالم، فلم يعد الرجل

المسؤول الوحيد عن أعباء العائلة المالية إذ إن معظم النساء في عصرنا الحالي يعملن في الخارج ويحصلن على دخل مثل الرجل، هذا جانب من جوانب مشاركة المسؤولية.

تأتي مشاركة المسؤولية من جانب الرجل والمرأة وتكون النوايا فيها حسنة، وفي حالة شكوى المرأة من العمل ومن المصاعب التي تواجهها، على الرجل أن يفهم جيداً بأنها لا تعني ملامته أو توجيه أصابع الاتهام إليه أو وصفه بالقصور والتقاعس. أبداً، فشكواها هي عبارة عن محاولة منها للترفيه عن خاطرها وإن المرأة فعلاً تقدّر جهود الرجل التي يبذلها والتي تعبّر عن مدى حبه لها وتحمله المسؤولية. ترتاح المرأة كثيراً بعد الانتهاء من ذكر شكاويها!.

يعمل زيد مهندس مشاريع في إحدى المؤسسات وكان مسؤولاً عن واحد من المشاريع الكبيرة التي كانت المؤسسة تقوم بها، وهذه المسؤولية الكبيرة سببت له الكثير من الإرهاق والتعب. وذات يوم وبينما كان في البيت مشغولاً في إعداد بعض الخرائط والتصميمات لذلك المشروع، عادت زوجته سوسن من العمل. وبعد دخولها المنزل سألت زيد عن المشروع وعن الإنجازات فرد عليها زيد قائلاً «سأنتهي قريباً من المشروع». وبعد ذلك بادرها زيد قائلاً: «وكيف كان يومك في العمل؟» ردت عليه سوسن قائلة: «آه من العمل فإنه لا ينتهي، هناك دائماً أشياء تتطلب سرعة الإنجاز، والحقيقة فإنك مشغول جداً هذه الأيام وليس لدينا وقتاً يمكن أن نقضيه معاً».

لننظر إلى زيد بشكليه القديم والجديد، القديم التقليدي والجديد بعد التعديلات.

فزيد القديم شعر أن زوجته سوسن تحاول أن تهاجمه وتوجه إليه أصابع الاتهام بالقصور وعدم اهتمامه بها وذلك لكونه مشغولاً دائماً في عمله ولا يعيرها أي اهتمام إضافة إلى كونه أناني وهذه إهانة كبيرة وجرح لمشاعره وكبريائه. كيف يمكن لها أن تفكر بهذا الأسلوب!! ألا تعلم أنه يحبها!! ألا

تعلم إنه يجدّ ويجتهد ويبذل قصارى جهده من أجل إسعادها؟ كيف يمكن لها أن تتهمه بالانشغال في العمل وإهمالها؟! كيف يمكن لها أن تصفه بأنه مشغول دائماً في العمل وليس لديهم الوقت الكافي ليكونا معاً؟! ألم يخرجا معاً الأسبوع الماضي؟!! من تلك التي كانت معه إذاً عندما ذهبا لتناول الطعام في المطعم، ألم تكن هي؟ وهل إن ذلك وقتاً قضياه مع بعض أم لا؟ ما هذا الهراء؟ وطبعاً فإن شعور زيد كان الانزعاج والغضب.

وبعد أن سمعت سوسن كلام زوجها ورده ولاحظت عليه علامات الغضب والانزعاج، غضبت هي أيضاً وبدأت بالشكاوي المختلفة. وذلك ما دفع زوجها زيد إلى الدفاع عن نفسه وذلك بتوجيه بعض الكلام اللاذع إليها، وهكذا فكلما زادت سوسن في شكواها، زاد زيد في دفاعه عن نفسه وهجومه عليها، والنتيجة معروفة ولا داعي لذكرها.

لننظر إلى زيد الجديد والذي له دراية بغضب المرأة وشكواها، فهو يعلم جيداً الفرق بين الرجل والمرأة ولذلك عندما سمع كلام زوجته سوسن، فهم إنها لا تشتكي منه ولا من تصرفاته ولكنها تبحث عن تفهّم من جانبه لشعورها من ثم حصولها على الراحة النفسية. وكذلك فإن بعض الكلمات اللطيفة من جانبه يمكن أن تعيد إليها ثقتها بحبه لها. كان جواب زيد «أنت على حق يا عزيزتي فقد أخذنا العمل وانغمسنا فيه ونسينا أنفسنا ولم يكن لدينا الوقت الكافي الذي يسمح لنا أن نقضي بعض الوقت معاً، تعالي إلى جانبي، لقد كان يوماً مرهقاً».

عندها شعرت سوسن براحة نفسية وهدأت أعصابها، وبعد ذلك الارتياح ابتدأت بالكلام عن مشاكلها في العمل وعن تعبها ولكن بأسلوب ودي لطيف هادىء.

هنا شعر زيد أن زوجته تحاول وبصورة غير مباشرة طلب مساعدته في بعض أمور المنزل عندها قال زيد «اليوم سأذهب أنا للمدرسة كي أجلب الأولاد إلى المنزل. استريحي أنت اليوم». لم تتمكن سوسن من إخفاء فرحتها

وسرورها، وقالت «هل حقيقي إنك ستقوم بجلب الأولاد اليوم؟ كم أنا سعيدة ومحظوظة بالزواج منك».

لم تكن سوسن وحدها سعيدة بهذه النهاية الجميلة، بل إن زيد كان سعيداً أيضاً فمن خلال كلام سوسن شعر بأنه زوج ممتاز وإنه قائم بمسؤوليته تجاه الزوجة والأسرة.

عادة ما تتكلم النساء في كثير من الأمور، فطلاقة ألسنتهن لا حدود لها إلا أنهن وللأسف يخفقن في إسماع أزواجهن عبارات الشكر والتقدير!!؟.

هذا الإخفاق عند المرأة لا يكون مقصوداً أبداً، فالمرأة وبطبيعتها تتصور إن زوجها يعلم جيداً مدى شكرها وتقديرها له.

والرجل أيضاً لا يعلم أن المرأة الغاضبة والتي تشتكي وتتكلم عن المشاكل إنها لا تحاول من خلال ذلك اتهامه بالقصور وأنها لا زالت تحبه وتقدّره.

ما يضايق الرجل هو وجود مشكلة أو أكثر، وما يضايقه أكثر هو عدم تمكنه من حلها. لذلك على المرأة الغاضبة والتي تشتكي أن توضح للرجل إنها فعلاً تقدر إصغائه لها ولشكواها وعدم تذمره من ذلك.

لا يتوجب على المرأة إخفاء حقيقة شعورها أو تغيير ذلك الشعور ظاهرياً لكي تسعد الرجل، كل ما عليها هو صياغة كلامها بأسلوب واضح وجلي يستطيع الرجل من خلاله أن يفهم إنها لا تحاول التهجم عليه أو اتهامه. فإجراء بعض التعديلات الطفيفة يمكن أن يؤدي إلى نتائج إيجابية هائلة ويبعد شبح المشاكل والخصام و. . .

أهم ما يحتاج الرجل لسماعه عندما تشتكي المرأة هو إنها لا تقصد إنها غلطته وإنها لا تحاول أن تحمّله المسؤولية فيما حصل وإنها أيضاً تقدّر له إصغائه إليها. فإذا قالت المرأة الغاضبة لزوجها أثناء تشكيها «أنا فعلاً أقدّر

إصغائك هذا وإذا كان في كلامي ما يدل على إني أقصد أنها غلطتك وأنك أنت المسؤول، فإني لم أعن ذلك أبداً. أنا أعلم أنها ليست غلطتك». هذا الأسلوب في الكلام يريح الرجل كثيراً ويبعد عنه شعور المهاجمة والاتهام بالقصور والفشل ومن ثم يشجعه أكثر على الإصغاء أكثر وأكثر في المستقبل.

عزيزتي المرأة إذا شعرت بأنك غاضبة وفي شهية للكلام عن المشاكل وفي نفس الوقت تودين إصغاء زوجك لك، فما عليك إلا أن توضحي له وبصورة جلية أنك لا تتهميه بأي تقصير وأنك لا تحاولي وضع أي لوم عليه وأنك شاكرة له على ذلك الإصغاء. صدقيني فإن ذلك الزوج الذي بطبيعته يكره الاستماع إلى مثل ذلك، فإنه في المستقبل سيسعده أن يستمع لشكاويك ولن يكون هناك أي سوء فهم من جانبه، والنتيجة ستكون راحة للجميع.

كل ما ذكرناه سابقاً يتعلق بغضب المرأة وشكواها من أمور لم يكن الرجل فيها ملاماً أو متهماً بأي قصور، ولكن كيف تتصرف المرأة الغاضبة والتي تشتكي من مشكلة أو عدة مشاكل وهي تشعر أن للزوج الدور الكبير في خلقها وإنه هو المسؤول عنها وتود لومه على فعلته هذه؟ كيف تتصرف وماذا تقول؟! هل تهاجمه بصورة مباشرة وعلنية، أم تسكت على مضض وتوافق على الوضع القائم؟!.

من الخطأ أن تواجه المرأة الغاضبة زوجها وتشير بأصابع الاتهام إليه وتبدأ بالشكوى. ما يمكن للمرأة فعله بدلاً من ذلك هو أن تجد شخصاً آخراً تثق به/ بها كل الوثوق وتبدأ بالكلام. ذلك الشخص يمكن ومن خلال إصغائه إليها يساعدها على الراحة وبعد أن تشعر المرأة بالراحة النفسية وهدوء الأعصاب وتواجد الوقت المناسب، يمكن لها أن تتكلم مع زوجها وتتناقش في ذلك الموضوع المهم. (في فصل قادم سنتحدث بإسهاب حول هذا الموضوع).

الإصغاء وعدم اللوم:

عندما تغضب المرأة وتبدأ بالتعبير عن غضبها وذلك عن طريق الكلام عن المشاكل فغالباً ما يفهم الرجل بأن المرأة تحاول اتهامه وتحميله المسؤولية، وكما علمنا فإن المرأة وفي معظم الأحيان لا تقصد ذلك أبداً.

مثل هذه الحالات والتي تكاد تحصل يومياً في حياتنا فإن النتائج تكون سيئة إذ إن اتهام الرجل هو أشبه بإلقاء حطب جاف سريع الاشتعال في نار مستعرة. يتصاعد الموقف وتكبر المشكلة وبعدها يتوقف الاثنان عن الكلام إلى بعض ويكون هناك خصام تعتمد درجته ومدته على من سيحاول الإصلاح أولاً.

تصور المرأة وهي تقول في حالة غضب «لم يعد في حياتنا أية متعة أو راحة، فكل ما نفعله هو العمل، العمل ولا شيء سواه».

عندما يسمع الرجل كلام المرأة هذا فإنه سيأخذ الموضوع بصورة شخصية. سينزعج ويتألم لذلك الكلام، كيف لا وهي تتهمه مباشرة بالقصور وعدم الاكتراث بها وبحياتها، وعندها وبصورة تلقائية تتولد لدى الرجل ردة فعل معاكسة. ردة فعل دفاعية يحاول من خلالها تبرئة نفسه من أي تقصير، ويمكن أن تتحول ردة الفعل الدفاعية هذه إلى هجوم مضاد فبدلاً من أن يكون هو المتهم وعليه الدفاع فإنه يحاول أن يلقي اللوم عليها وعلى سوء تصرفاتها واتهامها بالكسل والإسراف وقلة التدبير. تصور عزيزي القارى هذا الموقف وما سينتج عنه؟؟.

إعلم أيها الرجل إن المرأة وبتركيبتها الخاصة والمختلفة عن تركيبتك تماماً، تتكلم كثيراً في البيت وإنها عندما تشتكي لا تتهمك بالقصور، إنها تحاول من خلال ذلك أن ترفّه عن خاطرها وتحصل على الراحة النفسية لذلك لا يجدر بك أن تأخذ الموضوع على إنه اتهام صريح وواضح لك. ولا تتسرع ولا تتهور بردة فعل قاسية يمكن أن تزيد الطين بلّة، تعلم كيفية مواجهة مثل هذه المواقف والتعامل معها بلغة المنطق السليم والحكمة والتفهم الواعي والذكي.

حاول أن تهّدأ الموقف وأن تسيطر عليه بدلاً من تصعيده. حاول أن ترش الماء على تلك النار المتقدة بدلاً من رش البنزين. حاول أن تنتقي جواباً مناسباً وتقوله للمرأة ساعتها. جواباً يكون أشبه وأقرب من الأجوبة التالية:

- تذكر إنها لا تحاول أن توقع اللوم عليك، وبدلاً من أن تقول «هل إنك تحاولين ملامتي؟» يمكنك أن تقول «يؤلمني كثيراً عندما أسمع كلامك هذا، كلامك الذي يعني بأن الحياة قاسية وإنها غلطتي».

- أو يمكن للرجل أن يقول «أشعر وكأنك تقولين إنها غلطتي وأنا الملام في كل ذلك، هل هذا قصدك في الكلام؟». هذا الأسلوب يعطي المرأة فرصة للانتباه إلى ما تقول وإلى إعادة حساباتها ومن ثم توضيح قصدها بالضبط.

- أو ما يمكن للرجل أن يقول «عندما تقولين بأن حياتنا أصبحت خالية من أية متعة وإن كل ما نقوم به هو العمل، أشعر وكأنك تقولين إنها غلطتي وأنا المسؤول عن هذه المشكلة. هل هذا هو قصدك في الكلام؟».

مرة ثانية تذكر عزيزي الرجل أن المرأة لا تحاول أن تلومك في شكواها وتذمرها، وعليك التزام الهدوء ورباطة الجأش.

كل أمثلة الإجابة التي ذكرناها تفوح منها رائحة تدل على فهم الرجل لاتهام المرأة إياه، إلا إن صياغتها خالية من أي تجريح للمرأة وشعورها وتعطي المرأة الفرصة الكافية للانتباه إلى ما تقول وإعادة التفكير فيما قالت ومن ثم تسحب أي اتهام وتحاول أن توضح مرادها وقصدها.

تذكر عزيزي الرجل أن من حق المرأة أيضاً أن تغضب كما تغضب أنت. وإن ما يريحها هو الكلام (أو ما تسميه بالشكوى) وأكثر ما يسعد المرأة هو استعدادك لسماع شكواها ومن دون غضبك أو ردة فعلك. وتأكد فإن المرأة في المستقبل ستهدأ بعد الفراغ من كلامها حتى لو كانت شكواها في الحقيقة موجهة ضدك وكانت تتهمك بالقصور، وبذلك سيعم الهدوء والسلام بدلاً من الثورة والمشاكل.

فن الإصغاء:

يتحسن مبدأ الحوار بين الرجل والمرأة وذلك عندما يتعلم الرجل كيفية الاستماع إلى المرأة وإلى كيفية الفهم الصحيح لكلامها. وهذا ما نسميه بفن الإصغاء، وكأي فن آخر فإن فن الإصغاء يتطلب الممارسة والتطبيق وكلما مارسنا هذا الفن أكثر، كلما ازددنا اتقاناً له. فعندما يعود الرجل إلى البيت ويحاول أن يسأل زوجته عن يومها وكيف كان، وتبدأ الزوجة بالكلام يحاول هنا أن يصغي لما تقول.

في البداية، وعندما تبدأ الزوجة بذكر بعض المشاكل التي تضايقها، يتضايق الرجل ويشعر بأنها تحاول ولو بصورة جزئية إيقاع بعض اللوم عليه. هنا يواجه الرجل واحد من أكبر التحديات ألا وهو «أخذ الموضوع بصورة شخصية» والذي غالباً ما ينتج من سوء فهم قصد المرأة، هنا على الرجل أن يتذكر «اختلاف الأسلوب بين الجنسين» يتذكر إنهما شخصان مختلفان، شخصان ينحدران من جنسين مختلفين» وبصورة مجازية يمكن أن نقول إن كل منهما يأتي من عالم مختلف عن عالم الآخر. عالم الرجل وعالم المرأة وإنها لا تحاول أن تلقي اللوم عليه أبداً إنها مجرد «طريقة النساء في الكلام». فكما أن للرجل طريقته الخاصة في الكلام فإن للمرأة طريقتها الخاصة في الكلام. وللأسف فإن هناك اختلاف في الطريقتين وإن هذا الاختلاف يولد كثيراً من سوء الفهم ويجر إلى مشاكل وآهات. ما العمل؟ هذه هي مشيئة الخالق عز وجل في كونه ولا اعتراض على حكمه.

وإذا تذكر الرجل ذلك فإن ردّة فعله ستكون أكثر تفهماً وأقل حدة. وعندها ومن أجل الترفيه عن خاطر الزوجة يقوم الرجل بمساعدتها على التنفيس وإخراج ذلك الاستياء وذلك بالإصغاء إليها وتشجيعها على الكلام كأن يقول: «وماذا حصل بعد ذلك؟ أو «وكيف كانت نهاية ذلك الموقف؟» أو أي شيء آخر من هذا القبيل.

إصغاء الرجل الهادىء والمتعقل لشكوى المرأة فيه أكثر من فائدة، فهو يستطيع من خلال ذلك إلى التعرف على حقيقة ما يضايق المرأة وعندها يتمكن من التعامل مع ذلك ويحاول إصلاح ذلك الخلل. وكذلك فإن الاستماع هو مبعث راحة وهدوء أعصاب للمرأة. وحتى لو أن الرجل كان له دوراً في خلق المنغصات، فإن إصغائه للمرأة يجعلها تعفو وتغفر وتنسى.

لا شك إن فن الإصغاء وتطبيقه تطبيقاً سليماً أمراً مهماً جداً، إلا أنه يتسم بالخطورة وعلينا مراعاة بعض النقاط الأساسية في ذلك. فالرجل يمكنه أن يتعلم ذلك الفن ويطبقه إذا كان هو فعلاً راغباً ومستعداً لذلك أي أنه يتحتم على الرجل ذاته أن يكون في حالة نفسية مرتاحة تمكنه من ممارسة هذا الفن أما إذا كان الرجل مرهقاً وفي حالة نفسية متعبة وكل ما يريده في تلك اللحظة هو الهدوء وراحة البال، فعليه الابتعاد كلياً عن محاولة تطبيق فن الإصغاء وذلك لأن حالته النفسية تلك ستدفعه إلى سوء فهم المرأة وإلى توترات الأعصاب، وعندها ستنقلب النتائج وبدلاً من السلام المنشود تكون هناك حرباً أهلية.

هناك سؤال مهم يطرح نفسه ألا وهو «كيف يمكن للرجل المرهق والمتوتر الأعصاب أن يتجنب كلام المرأة وشكاويها؟» هل يتجاهلها ويلتزم جانب الصمت؟ أبداً فإن ذلك يصعّد من الموقف ويؤزمه ويؤدي إلى مشاكل جديدة. الجواب هو أن بإمكان الرجل في مثل هذه الحالة أن يقول للمرأة وبكل هدوء أعصاب «وعلى وجهه علامات الصدق والود» (حقيقة فإن هذا الوقت غير مناسب بالنسبة لي، يمكن أن نتكلم في ذلك الموضوع في وقت آخر).

وما يحصل بعض الأحيان إن الرجل لا يعرف بالضبط حقيقة شعوره ولا يستطيع أن يحدد مدى استعداده للاستماع للمرأة ولشكاويها «يكون ذلك قبل أن تبدأ المرأة بالكلام». وبعد أن تبدأ المرأة وتسترسل في الكلام فإذا شعر الرجل بالانزعاج والاستياء وعدم القدرة على الاستمرار في الإصغاء فعليه أن يتوقف حالاً ولا يستمر في الإصغاء، إذ أن الاستمرار في تلك الحالة النفسية سيؤدي

وبدون شك إلى مزيد من المضايقات وتشنج الأعصاب. على الرجل أن يتوقف عن الإصغاء فوراً، وهنا يمكن للرجل وبدون أن يجرح شعور المرأة أن يقول «الحقيقة إني أريد الاستماع لما تقولين، إلا أنه يصعب عليَّ الآن التركيز والانتباه إلى ما تقولين أعتقد أني بحاجة لبعض الوقت وبعدها يمكن أن نواصل الكلام في الموضوع».

إذا تعلّم كل من الرجل والمرأة فن الحوار واحترام بعضهما البعض وأيقنا أنهما مختلفان، فإن الحياة الزوجية ستزدهر وتكون أكثر سهولة وأكثر متعة. وإذا جدّ على السطح أي سوء فهم بين الرجل والمرأة أو أية مشكلة، فحري بكليهما أن يتذكرا إنهما مختلفان في التفكير وكذلك في التعبير عن مشاعرهما وأن ليس هناك أي سوء نية أو محاولة هجوم أو تجريح أو ما شاكل ذلك، النقطة هي إنهما شخصان مختلفان.

الفصـل السـادس

حالات الرجل النفسية

تقلبات الرجل العاطفية

الرجال مثل المطاط، فعندما يحاولون الابتعاد عن النساء والاختلاء بأنفسهم ـ وهذا أمر طبيعي جداً يحصل للرجل من فترة لأخرى ـ فإن هناك قدراً معيناً يمكن أن يذهبوا إليه وبعد ذلك يعودون إلى وضعهم الطبيعي. تشبيه الرجال بالمطاط هو أفضل تشبيه مجازي يمكن من خلاله فهم الحالات العاطفية المتقلبة التي يمر بها الرجال خلال فترة الزواج.

نرى خلال هذه الفترة وهي فترة الزواج تقلبات عاطفية عند الرجل، وذلك مثل شعور الود وحب التقرب إلى المرأة وبعد ذلك ينتابه شعور آخر يختلف عن الشعور السابق، شعور الانطواء والابتعاد عن المرأة، كل هذه الحالات والتقلبات هي أمور طبيعية تحصل في حياة الرجل عندما يكون متزوجاً.

كثيراً ما تحتار المرأة من هذه الظاهرة عند الرجل، وغالباً ما تستغرب المرأة وتتساءل عن تلك الظاهرة وعن أسبابها وخصوصاً عندما تلاحظ انطواء وابتعاد الرجل عنها!! فهي تعلم جيداً ومتأكدة من حب الرجل لها، وكذلك تعلم جيداً إنها لم تقم بأي عمل لا يوافق الرجل ولا يدفعه إلى الغضب عليها أو قد يكون السبب في شعوره هذا، فلم إذاً هذا التصرف الغريب من قبل الرجل؟!.

هذه الحالة هي حالة طبيعية جداً عند الرجل، وهذا التصرف أيضاً طبيعي

وتحصل لكل الرجال وفي كل بقاع العالم المختلفة. إنها حالة طبيعية تحصل للرجل وهي ليست من اختيار أو قرار الرجل. إنها مجرد حالة تحصل له وهي ليست غلطته وليست غلطة المرأة، إنها فقط حالة طبيعية. وكما نعلم فإن هناك أموراً طبيعية كثيرة في الحياة لا يمكن لأي منا أن يتحكم بها عندما تعتري الرجل هذه الحالة، أي حالة الانطواء والابتعاد فعادة ما تسيء المرأة فهم تلك الظاهرة وتفسرها تفسيراً سلبياً وتبني في مخيلتها أشياء كثيرة وكلها تقود إلى حالة التوتر والعصبية والمشاكل. والسبب في ذلك كله يعود إلى أن المرأة تتصرف بهذا الشكل، أي الانطواء والابتعاد، وذلك لأسباب مختلفة تماماً. فالمرأة وبطبيعتها تبتعد عن الرجل عندما تشعر أن الرجل غير متفهم لحقيقة شعورها في ذلك الوقت، أو عندما تكون المرأة قد أصيبت بنوع من الأذى والتجريح من قبل شخص ما ولا تريد أن يتكرر مثل ذلك لها في المستقبل، أو عندما يقوم الرجل بعمل شنيع أزعجها وسبب لها آلاماً ومعاناة وخيبة أمل.

لا شك أن الرجل أيضاً يبتعد عن المرأة عندما يشعر إنها لا تفهمه ولا تفهم حقيقة شعوره، وكذلك عندما يكون قد أصيب بنوع من الأذى وخيبة الأمل، وعندما تقوم المرأة بعمل يكون الخطأ فيه فاحشاً، إلا أنه ومن حين لآخر يبتعد عن المرأة التي تحبه وتخاف عليه وبالرغم من أنه لم يصدر منها أي خطأ يمكن أن يدفع الرجل إلى مثل ذلك التصرف، فنرى الرجل أحياناً يبدأ بالتصرف بنوع من البرود ويبدأ بالابتعاد عن المرأة وهما في قمة وأوج الصفاء والمحبة، ومثل المطاط فإن الرجل ومثلما ابتعد عن المرأة (وبدون أي سبب ظاهري) فإنه يعود إلى وضعه وحالته الطبيعية، وأيضاً (بدون أي سبب ظاهري).

السبب الحقيقي الذي يدفع الرجل إلى الانطواء والابتعاد عن المرأة هو أن الرجل في ذلك الوقت يود البحث عن ذاته وشعوره بالإستقلالية، فيبتعد وعندما يصل إلى حد معين من الابتعاد نراه يعود وبصورة سريعة جداً إلى ما كان عليه في السابق أي إلى حالته ووضعه الطبيعي. إذ أن الرجل وعندما يصل إلى

«أقصى مدى» في الابتعاد يشعر بحاجته الشديدة إلى الشعور بالحب والعاطفة مرة ثانية، ولذلك فعند عودته من تلك الحالة يكون مستعداً ومتلهفاً لتقديم الحب إلى المرأة ويكون أيضاً مستعداً لتقبل وفهم حبها له.

عندما يعود الرجل من حالة الابتعاد فإنه يعود إلى نفس الوضع الذي كان عليه قبل الابتعاد، وبعبارة أخرى فإن الرجل يعود إلى من حيث انتهى. يعود إلى تلك النقطة التي ابتدأ عندها حالة الابتعاد والانطواء.

ضرورة إدراك المرأة لهذه الحالة:

من الضروري جداً للمرأة أن تفهم هذه الحالة عند الرجل إذ أن فهمها لهذا النوع من الانطواء والانسحاب ـ الطبيعي عند الرجل ـ والذي لم يكن لها أي دخل فيه ولم ترتكب أي خطأ يمكن أن يغضب الرجل ويدفعه إلى هجرها ومن ثم الانطواء على نفسه وعدم الرغبة في الكلام إليها، لو استطاعت أن تفهم ذلك على أنه أمر طبيعي يحصل للرجل من فترة لأخرى فإن فهمها هذا يمكن أن يكون عاملاً قوياً في توطيد العلاقة وأواصر المحبة بينهما. وإن عدم فهمها لذلك الانسحاب والانطواء وحيرتها وتخبطها والذي على الأغلب يجر بالمرأة إلى القيام ببعض التصرفات والتي تزعج الرجل وتثير في نفسه الاشمئزاز، فإن ذلك وبالتأكيد سيجر إلى مشاكل لا داعي لها أصلاً.

تعرّف الشاب ياسر على الشابة منتهى، وبعد فترة قررا الزواج، وفعلاً تم ذلك الزواج الميمون والذي كان مصدر سعادة لكليهما.

وبعد ستة شهور مليئة بالحب والتفاهم والشعور الفياض لاحظت الزوجة منتهى أمراً غريباً أدهشها وحيرها، لاحظت بعض التغيير على زوجها ياسر وبدون أي سبب. فبعد أن كان ياسر يلاحقها دائماً أينما ذهبت كظلها، ابتدأ يبتعد عنها. تلك الابتسامة التي كانت لا تفارقه، حل محلها برود وفتور. ذلك الوجه السمح والذي كان مصدر سعادة بالنسبة لها تغير وأصبح الطابع العام له هو العبوس. وياسر الطليق اللسان والذي لم يكن يتوقف عن الكلام إليها،

أصابه فجأة الصمت. لم يعد ياسر نفس الشخص الذي أحبته وتزوجته منذ فترة غير طويلة.

احتارت الزوجة منتهى لذلك التغيير المفاجىء والذي لم تعرف له أي سبب؟؛ وانتابها شعور القلق والاضطراب وبدأت ببذل كل جهودها ومحاولاتها لمعرفة السبب لذلك التغيّر. فبدأت تستعرض في مخيلتها كل ما حصل في تلك الفترة، بدأت تفكر في كل صغيرة وكبيرة حصلت بينهما علّ وعسى أن تجد السبب في ذلك التغير المفاجىء. فبدأت تضرب الأخماس في الأسداس، ما الذي حصل وما السبب؟؛ ما هي المشكلة التي أزعجت ياسر وأثارت غضبه وأوصلته إلى الحالة التي هو عليها؟؛ ما الذي سيترتب على ذلك وما ستكون النتيجة؟؛ لماذا هذا الابتعاد المفاجىء ولم هذا الفتور العاطفي؟؛ هل إنها قالت شيئاً لم يجدر بها أن تقوله؟ هل ارتكبت غلطة شنيعة أثرت في نفسيته؟؛ هل شعر بالندم على زواجه منها ويريد أن يغيّر رأيه الآن ويطلقها؟؛ هل هناك أحد من الحساد والكارهين استطاع أن يوشوش في أذنه ونجح في التأثير عليه وعلى قراره؟؛ من هو أو من هي، هل إنه فلان أم إنها فلانة؟؛ هل أن هناك من يحاول أن يضع نهاية محزنة لهذا الزواج السعيد؟؛ هل إنه من فعل الحسد والغيرة، وهل هناك من يعمل على هدم هذه العلاقة الزوجية؟. يا إلهي ما الذي حصل وما الحل؟!!.

بعد كل هذه الحسابات وهذا القلق والذي لم تتوصل من خلاله الزوجة منتهى إلى أية نتيجة، ابتدأت بمحاولاتها لإخراج ياسر من تلك الحالة النفسية الغامضة وإعادته إلى تلك الطبيعة التي كان عليها في السابق. ابتدأت بالكلام إليه للتعرف على حقيقة الموقف، وكانت النتيجة غير مثمرة، حاولت أن تجره إلى المشاركة في بعض الأحداث، إلا أنه لم يتجاوب. حاولت وحاولت وحاولت، والنتيجة كانت وبدلاً من أن تتحسن ـ وهذه كانت غاية الزوجة ـ ابتدأت تزيد سوءاً، فكلما زادت منتهى في محاولاتها، كلما ابتعد ياسر أكثر وأكثر إضافة إلى أنه ابتدأ يشعر بالاستياء والغضب، وهنا وصلت منتهى إلى

طريق مسدود وابتدأت تشك في نفسها، إنها بالتأكيد غلطتها وإنها زوجة غير صالحة؟!.

إن حقيقة ما حصل هو كالتالي: عندما انتابت ياسر هذه الحالة، أي حالة الانطواء المفاجيء والفتور العاطفي والابتعاد عن منتهى، أخذت الزوجة منتهى الموضوع على أنه موضوع شخصي. وردة الفعل هذه هي شائعة، شعرت بأنها وبالتأكيد قامت بعمل ما أغضب زوجها ياسر ومن ثم بدأت تلوم نفسها، وبعد ذلك قامت بمحاولات شتى لإصلاح الموقف وإعادة المياه إلى مجاريها، ولكن النتائج كانت عكسية وكلما حاولت أكثر زاد ياسر من انطوائه وابتعاده.

لو كان للزوجة منتهى علم بمثل هذه الحالة عند الرجال، فلم تكن لتفزع ولا تندهش ولا تتصرف مثلما تصرفت ولم تقم بأية محاولة من جانبها «لإصلاح الموقف وإعادة الزوج ياسر إلى حالته الطبيعية». لو علمت أن حالت ياسر هي حالة طبيعية تحصل لكل الرجال وبدون استثناء وإنها غير مسؤولة أبداً وغير ملومة وإنها لم تكن السبب، ولو علمت أن ياسر وبصورة تلقائية سيعود إلى حالته الطبيعية بعد أن يأخذ الفترة اللازمة لذلك الابتعاد، لهدأت ساعتها وعاشت حياتها بصورة طبيعية وبدون أي خوف أو قلق.

على المرأة أن تفهم جيداً إن كل رجل في العالم ومن وقت لآخر تنتابه مثل هذه الحالة ويدركه مثل هذا الشعور. وإن الرجل في حالة مروره بهذه الحالة يحتاج إلى الاختلاء بنفسه والابتعاد عن كل ما حوله. نعم فهذا هو شعور الرجل وهو في تلك الحالة، إنه يفكر بنفسه وبذاته وباستقلاليته وإن كل محاولة تقرّب من قبل المرأة تقطع عليه سلسلة أفكاره وتزيد من شعور الرجل بحاجته إلى الابتعاد.

على المرأة أن لا تفزع ولا تحتار تجاه هذه الحالة وأن لا تخشى العواقب. إنها فقط حالة طبيعية وإن الرجل لا بد أن يعود إلى وضعه الطبيعي بعد أن تنجلي تلك الفترة.

كيفية حصول التغيّر الفجائي:

كما ذكرنا فإن حالة الانطواء والانعزال هي حالة طبيعية جداً عند الرجال وإنها لا بد وأن تحصل لكل رجل وهنا يمكن أن نضيف بأنها حالة صحية للرجل نفسه وللرابطة الزوجية أيضاً. فالرجل وبعد ذلك الابتعاد يعود للمرأة وهو مليء بشحنة قوية من العواطف والحنين للمرأة ولمجالستها.

أما إذا لم يتمكن الرجل من إيجاد الفرصة والظروف التي تساعده على ذلك الانطواء والابتعاد فما الذي يحصل عندها؟ يفقد الرجل ذلك الشعور العاطفي الفياض والرغبة الجامحة للمرأة وتصبح الحياة بينهما حياة عادية باردة خالية من تلك العواطف والشعور القوي. تصبح حياة روتينية يقضي فيها الرجل والمرأة أيامهم وكأنها أشبه بالواجب أن يقضونها مع بعض. قد يبدوا الموضوع وللوهلة الأولى غريباً إلا إنه حقيقة أثبتتها التجارب العلمية فالرجل يبتعد وتفتر مشاعره عن المرأة التي يحبها ومن ثم نراه يعود إليها سريعاً وهو مليئاً بالمشاعر الجياشة والحنين، أما إذا لم تتسنى له الفرصة للمرور بتلك الفترة، فترة الابتعاد، فإنه لن يتولد لديه ذلك الشعور العاطفي والحنين. وبمرور الزمن وحصول المشاكل اليومية البسيطة وتكدسها، فإنه لا بد وأن يأتي يوماً يعبّر فيه الرجل عن شعوره والذي هو التذمر، أو قد تفعل الزوجة مثل ذلك، والنتيجة هي مشاكل صغيرة تجر إلى مشاكل كبيرة.

لذلك فمن الضروري والمهم جداً للمرأة أن تفهم أن محاولاتها المستمرة للتقرب من الرجل وعدم إعطائه الفرصة اللازمة للمرور بذلك الانطواء والابتعاد الطبيعي تؤثر على الرجل وعلى العلاقة الزوجية تأثيراً سلبياً بالغاً تكون له نتائج غير سارة. فالرجل الذي لا يجد تلك الفرصة للاختلاء بنفسه سيحاول التهرب من زوجته ويبتعد عنها كلما وجد طريقاً لذلك، وسيختلق الأعذار والأسباب للتهرب منها، والسبب في ذلك هو عدم تولّد شعور العاطفة والحنين عنده والذي عادة ما يحصل بعد مروره بحالة الانطواء والابتعاد.

ولكي نقرّب الصورة ونوضحها يمكن أن نأخذ قطعة من المطاط ونضرب بها مثلاً، فإذا مسكنا بيدنا طرف قطعة المطاط وباليد الأخرى بدأنا بسحب الطرف الآخر، فما الذي يحصل؟ تتمطى تلك القطعة وتتمدد، وتستمر كذلك إلى أن تصل إلى نقطة لا نستطيع عندها السحب لأكثر من ذلك والسبب هو أن المطاط قد أعطى كل ما عنده من حالة التمدد ووصل إلى أقصى حد له. وهنا لو أننا استمرينا بمسك المطاط من جانب وقمنا بترك الجانب الآخر، فما الذي ينتج عن ذلك؟ نرى عودة قوية وسريعة جداً لطرف المطاط الذي تركناه، عودته تجاه الطرف الذي لا زال ممسوكاً.

صورة قطعة المطاط وعودة ذلك الطرف المتروك السريعة والقوية تنطبق تماماً على الرجل فهو عند انطوائه وابتعاده عن المرأة واختلائه بنفسه أشبه بحالة تمطي قطعة المطاط، وبعد أن يصل إلى الحد الأقصى والذي لا يمكن أن يذهب إلى أبعد من ذلك، فإنه يعود بنفس السرعة والقوة التي شاهدناها في قطعة المطاط.

فعندما ينسحب الرجل ويبتعد عن المرأة ويصل إلى أقصى حد، عندها تحصل عنده عملية تغيير، تغيير في حالته النفسية ومزاجه، فذلك الرجل والذي بدى عليه فجأة ظاهرة البرود وعدم الاهتمام وعدم الرغبة بالتقرب إلى المرأة ـ في حالة الانطواء والانعزال ـ نراه وفجأة وبدون أي مقدمات يحب نفس المرأة حباً جماً إلى درجة إنه يشعر باستحالة العيش بدونها وبعيداً عنها!!.

يشعر الرجل بعد عودته من تلك الحالة إلى الحاجة الشديدة لشعور الحب والعاطفة ويشعر أيضاً بالقوة وبالرغبة لإعطاء حبه للمرأة ويكون مستعداً لاستلام حب وشعور المرأة العاطفي.

إنه فعلاً أمراً غريباً ومحيراً وخصوصاً بالنسبة للمرأة والتي لا تعرف ذلك الشعور إذ أنها لا تستطيع أن تفهم هذا التغيير الفجائي الذي يحصل للرجل وبعد ذلك عودته السريعة الهائلة والمملؤة بالحب والحنان والعاطفة، حب وحنان ثم

انطواء وابتعاد وبدون أي سبب وبعدها عودة مليئة بالحب والحنان والاشتياق؟ إنه فعلاً أمراً غريباً، نعم إنه أمراً يوصف بالغرابة وذلك عندما لا نعرف السبب الحقيقي في ذلك، ولكنه يصبح أمراً طبيعياً عندما نعرف السبب. الغرابة في الموضوع بالنسبة للمرأة هي أن كل ذلك التغير في المشاعر يحصل عند الرجل بدون «أي سبب معقول» فكما ذكرنا سابقاً فإن حالة الانطواء والعزلة تحصل عند المرأة أيضاً ولكن لأسباب أخرى تختلف تماماً. أسباباً ملموسة ومحسوسة، وإذا ما مرت المرأة بحالة الانطواء والعزلة، فإن مسألة رجوعها إلى وضعها الطبيعي يحتاج إلى وقت أطول بكثير من ذلك الذي استغرقه الرجل عند عودته إلى حالته الطبيعية.

بالنسبة للرجل فإن الانطواء والانسحاب كان نتيجة حالة طبيعية يمر بها من وقت لآخر، ولذلك فإن رجوعه أيضاً يكون طبيعياً ولا يحتاج إلى وقت كثير، أما بالنسبة للمرأة فإنها تنطوي على نفسها وتبتعد عن الرجل وذلك لسبب آخر. السبب هو زعل وخصام، ولذلك فإن رجوعها إلى حالتها الطبيعية يحتاج إلى وقت طويل.

ما هو موقف المرأة تجاه تلك الحالة عند الرجل في حالة جهلها كون تلك الحالة طبيعية وإن الرجل لم يتصرف هذا التصرف لسبب معين؟

عندما تلاحظ المرأة ظهور هذه الحالة وتغيّر في تصرفات الرجل وفي حالته النفسية وخصوصاً إذا ما تكرر ذلك أكثر من مرة «وبالتأكيد فإن ذلك سيتكرر ولمرات عديدة»، فإنه ومن المحتمل أن يتولد عند المرأة شعور عدم الثقة بعودته تلك، عودته المليئة بالحب والحنان والعواطف الجياشة ـ والتي تعتبرها المرأة غير طبيعية في تلك اللحظة إذ إنها لا تجد لها أي تفسير أو مبرر معقول ـ وبالتالي فهي تحاول الابتعاد عنه أو إبعاده عنها. تحتار أمام ذلك التصرف الغريب والذي لم تفهم له سبباً معقولاً، وعندها ومن باب عدم الثقة تبتعد عن الرجل أو تبعده عنها.

تذكري عزيزتي المرأة إن زوجك ينتمي إلى عالم الرجال وإن ذلك التصرف طبيعياً ومألوفاً جداً في ذلك العالم. ذلك العالم الذي لم تتعرفي عليه قبل الزواج. إنه الاختلاف في السايكولوجيات. وعلى الرجل أن يفهم الاختلاف بين الرجل والمرأة وإن الحالة التي مر بها والتي تعتبر بالنسبة له طبيعية، تعتبر غريبة جداً بالنسبة للمرأة التي يعيش معها.

عليه أن يفهم شعور المرأة عند مروره بتلك الحالة، حالة الانطواء والانعزال، لم تكن المرأة سعيدة بذلك بل بالعكس فقد مرت بحالة عذاب وقلق وهم، لذلك فإن عودتها إلى وضعها الطبيعي يحتاج إلى وقت وجهود وكلام لطيف معسول من قبله لتلطيف الجو ثانية، ومن الخطأ أن يتصور أن المرأة ستكون جاهزة ومستعدة لاستقباله والترحيب به حالة عودته. أبداً، فإن المرأة تحتاج إلى وقت يعيد إليها الثقة به وبحبه لها. وخصوصاً إذا كانت المرأة من النوع الحساس جداً فإن ذلك يتطلب وقتاً أطول وجهداً أكبر.

وبدون فهم الرجل لهذه الحقيقة فإنه وعند عودته سينزعج جداً عندما يلاحظ تصرفات المرأة والتي تدل على زعلها وانزعاجها وعدم تلهفها له؛ هنا يستغرب الرجل لتصرف زوجته ذلك التصرف الذي لم يكن في حسبانه، إذ إنه يظن وبطريق الخطأ أن المرأة تعلم أن ذلك الانطواء والانسحاب كان طبيعياً، وأنها تعلم بأنه سيعود إليها وسيكون في حاجة ماسة إليها وإلى حبها، وإنها ستكون جاهزة لاستقباله والترحيب به!!.

وعليه فعندما يعود ويجد أمامه موقفاً يختلف تماماً عن الموقف الذي كان يأمله، فما كان يأمله هو الحب والحنان من المرأة ولكن ما يجده أمامه هو الجفاء والبرود، لذلك فإنه يتضايق وعندها تبدأ المشاكل.

متى تبدأ تلك الحالة عند الرجل:

بعد أن يتزوج الرجل ويقضي مع المرأة فترة من الزمن تكون مليئة بالحب والعواطف والشعور الغامر، يصل إلى مرحلة تكون أشبه بما يسمى «إشباع

الرغبة»، عندها يشعر الرجل وبدون أي تفكير بحاجته إلى البحث عن نفسه وعن ذاتها وعن استقلاليته، وعندها يحصل عند الرجل ما نطلق عليه «حالة الانطواء والانعزال».

وهنا تشعر المرأة بالفزع إذ أنها لا تعلم بأن الرجل عائد إليها وبلهفة أكثر من قبل، طبيعة الرجل هي أنه يناوب بين شعوره بالحب والعاطفة وبين شعوره بالاستقلالية.

لنعود هنا إلى حكاية ياسر وزوجته منتهى، ففي بداية الزواج كان ياسر شديد الولع والتعلق بزوجته وله رغبة شديدة بها وبحبها، وفي تلك الفترة كان ياسر أشبه بذلك المطاط والذي تم سحبه إلى أقصى حد ممكن أن يتم سحبه إليه. كان ياسر خلال تلك الفترة يحاول دائماً أن يبعث في نفس منتهى الفرح والسرور والبهجة والاطمئنان وكان يحاول التقرب إليها وكان كلما لاحظ إن جهوده في سعادتها أثمرت، كلما ضاعف جهوده في ذلك المجال. واستمر الوضع على هذا المنوال إلى أن وصل ياسر إلى نقطة الإشباع وعندها بدأ برغبته في البحث عن نفسه وذاته واستقلاليته.

هنا نذكر أن الرجل وبالرغم من تمتعه بذلك التقرب من المرأة وبرؤيتها سعيدة، إلا إن حالة الانطواء والابتعاد عن المرأة أمر لا مفر منه وإنه لا بد حاصل. نعم لا بد وأن تحصل للرجل تلك الحالة والتي هي ليست بمحض اختياره، إنها أمر طبيعي مثل سقوط المطر وهبوب الرباح وتناوب الليل والنهار. إنها حقيقة قائمة وإن مجيئها غير خاضع للشك أبداً. السؤال هو: متى تحصل تلك الحالة عند الرجل؟

وبعد حصول تلك الحالة وزوالها يعود ياسر إلى طبيعته، ذلك الزوج الحنون والمليء بالحب والطيبة والرغبة في إسعاد زوجته، وبعد فترة قد تطول أو تقصر يعود ياسر ثانية إلى نفس الحالة وهكذا.

سبب فزع المرأة:

عندما يمر الرجل بتلك المرحلة، مرحلة الانطواء والابتعاد والتي لا تفهم المرأة سببها، تشعر المرأة عندها بالفزع والهلع وتبدأ بالتخبط ولا تدري ما الذي عليها أن تفعله؟! أول ما يخطر ببال المرأة إن الرجل اختار تلك الحالة النفسية ولجأ إليها وذلك بسبب حماقة أو عمل أهوج قامت هي به سبّب غضبه عليها، عندها تبدأ بعدة محاولات وتقوم بعمل المستحيل لإرضائه وإقناعه بالصفح عنها وإعادته إلى حالته الطبيعية.

مسكينة تلك المرأة، فهي تحاول وتحاول وهو يزداد عزلة وابتعاد. عندها يزداد فزع المرأة وتتصور إنها قد ارتكبت خطأ كبيراً جداً. هذا الخطأ على درجة كبيرة من الفحش لدرجة أن الزوج غير مستعد لمسامحتها عليه وقد يؤدي ذلك إلى أن يتركها الزوج بسببه إلى الأبد. وما يزيدالطين بلّة ويعقد الأمور أكثر هو عندما تشعر المرأة بالضعف وتفقد الأمل في إمكانية صفح الرجل عنها وعودته إلى حالته الطبيعية وإعادته إليها فتبدأ بتكثيف محاولاتها لإرضائه أو أن تفقد أعصابها وتحاول الدفاع عن نفسها وذلك بإظهار حبها وإخلاصها والأعمال التي تقوم بها من أجل زوجها، وإنها لم ترتكب أي خطأ متعمد يمكن أن يوصل الأمور إلى ما هي عليه آنذاك.

إعلمي أيتها المرأة الفاضلة أن هذه الحالة هي حالة طبيعية جداً عند الرجال وإن خير ما تفعليه وقتها هو أن لا تحاولي ولا تقومي بأي عمل. إعط الرجل تلك الفرصة التي يحتاج إليها للإختلاء بنفسه إذ أنه في تلك اللحظة في حالة تفكير وبحث عن ذاته واستقلاليته. وإذا ما حاولت سؤاله عن الحالة التي يمر بها وأسبابها، فثقي بأن جوابه لن يكون واضحاً أو شافياً وذلك لأنه هو نفسه لا يعلم السبب. إنها حالة طبيعية تنتاب الرجل ولم تكن من اختياره وإذا ألحت عليه في السؤال فالنتيجة إنه سيستمر في التفكير ويستمر في الصمت والابتعاد وقد يتضايق من مقاطعتك لسلسلة أفكاره فينزعج لذلك ويغضب وتتعقد الأمور.

لماذا يشك الزوجان بحبهما؟

بدون فهم لتلك الدورة العاطفية التي يمر بها الرجل من فترة لأخرى، فإنه من السهل علينا أن نلاحظ شك الزوجان بحبهما.

نعم فبدون فهم السبب الحقيقي يمكن لنا أن نفهم سبب شك الزوجة منتهى في حب زوجها ياسر. وياسر هذا فبدون مروره بتلك المرحلة، الانطواء والانعزال والابتعاد، فإنه لن يعرف شعور العاطفة والحنان والرغبة تجاه زوجته ولظن إنه فعلاً لم يعد يحبها.

الآن وبعد معرفتنا لتلك الحقيقة يمكن أن نقول إن مرور الرجل بتلك المرحلة من فترة لأخرى يعتبر تجديد لمشاعره وحبه لزوجته، إنها نعمة وليست نقمة.

وإذا ما عرفت المرأة تلك الحقيقة، فإنها ستوفر المناخ المناسب لزوجها عند مروره بتلك المرحلة، إذ أنها تعلم جيداً أنه يحتاج إليها وأنه لا بد من عودته إليها وإنها ستكون مستعدة لاستقباله والترحيب به.

وفي تلك المرحلة فإن شعور المرأة سيكون طبيعياً وذلك لمعرفتها المسبقة للسبب الحقيقي وإن لا علاقة لها بتلك الحالة وإنها لم ترتكب أي خطأ من جانبها وعندها لن تفزع. إنها تعلم جيداً أن المرحلة طبيعية وأن عليها أن تتقبلها، وبذلك فإن حبها لزوجها لن يتأثر ولن يتزعزع.

كذلك فإن الزوج عندما يرى تفهّم زوجته لحالته التي هو فيها ويرى تصرفاتها السليمة ـ خالية من الفزع ومحاولة قطع سلسلة أفكاره ـ والتي تساعده على المرور بتلك المرحلة بسلام، فإن حبه واحترامه لها سيزيدان وعندها ستصبح حياتهما أفضل بكثير مما كانت عليه في السابق.

كيف تسيء المرأة فهم الرجل:

يصبح من السهل جداً على المرأة أن تسيء فهم الرجل إذا ما جهلت حقيقة حالة الانطواء والابتعاد الطبيعية عند الرجل والتي تحصل له بدون أي سبب، سواء إن كان منها أو من قبل أي شخص آخر.

يحصل عند المرأة ارتباك وذلك لغموض الأسباب التي تؤدي إلى برود الرجل وانطوائه ومن ثم ابتعاده عنها وذلك عندما تكون هي مستعدة وراغبة في الكلام معه أو التقرب إليه. تريد الكلام والمشاركة العاطفية وهو يريد نقيض ذلك!! التوقيت الخاطىء، فالمرأة في حالة نفسية ممتازة ومشاعرها وعواطفها في أوج قمتها وترغب في التحدث إلى الرجل والتقرب إليه، والرجل تبدأ عنده تلك الحالة حالة الانطواء والانكماش والعزلة ولا يرغب بوجود المرأة في تلك اللحظة ولا التحدث إليها أو إلى غيرها!! توقيت خاطىء ويا ليته لم يحصل.

كثيراً ما تشتكي المرأة وبمرارة من هذه الحالة، نعم تشتكي إذ أنها تعتقد أن الرجل لم يعد يهتم بها. وإذا ما تكررت مثل هذه الحالة فقد تصل المرأة إلى الاعتقاد بأن الرجل لا يريد أن يكلمها وذلك لسبب أو أكثر «وما أكثر هذه الأسباب في اعتقاد المرأة».

هذا الانطواء والانسحاب لا يعني أبداً عدم اهتمام واكتراث الرجل بالمرأة ولا يعني إنه فقد حبه لها، بل بالعكس فقد يعني ذلك أن الرجل يهتم ويحب ويعتني بالمرأة إلا أنه وبصورة مفاجئة وبدون أية مقدمات حصلت له تلك الحالة.

فانعزال الرجل وابتعاده لا يدل أبداً على عدم رغبة الرجل في التحدث إلى المرأة، انعزاله يعني أنه يحتاج إلى بعض الوقت ليختلي بنفسه، وإذا ما اختلى بنفسه فإنه يشعر وكأنه لوحده حتى لو أن المرأة كانت موجودة في زاوية أخرى من المنزل. يشعر بأنه لوحده وإنه غير مسؤول عن أي شخص آخر سوى نفسه فالرجل يحتاج إلى وقت يفكر فيه في كيفية الاهتمام بنفسه وبعد ذلك الوقت

يعود للمرأة وهو في قمة الاستعداد لها وللكلام معها.

أثناء فترة الزواج والانغماس في الحياة اليومية يحصل أحياناً عند الرجل شعور بفقدان الذات، فبين التعايش اليومي مع المرأة وبين سد احتياجاتها ومتطلباتها ومتطلبات الأسرة وبين الحالات العاطفية وتقلباتها والتي تعتريه خلال الأيام والأسابيع والشهور والسنين، يحصل عند الرجل ذلك الشعور وعندها وبصورة تلقائية يبدأ الرجل بالانطواء والانسحاب والانعزال وكل ذلك يكون مصحوباً بفتور عاطفي. يسحب الرجل قواته ويحاول إعادة حساباته وتقييم الموقف الحالي بالنسبة له، وبعد ذلك يعيد نشر قواته.

يمكن تشبيه تلك الحالة بقائد عسكري في ميدان المعركة، فأثناء المعركة يقوم القائد ومن وقت لآخر بتقييم الموقف وسحب قواته ومن ثم إعادة نشرها مجدداً.

هذه العملية، سحب القوات وتقييم الموقف وبعد ذلك إعادة نشر القوات لا تعني أبداً قرار القائد بالانسحاب وإعلان الهزيمة، أبداً فالموضوع برمته عبارة عن إعادة حسابات وتقييم كذلك الحال بالنسبة للرجل فحالة الانطواء والانعزال والابتعاد هي عبارة عن محاولة لإيجاد نفسه في وسط دوامة الحياة وتقييم الموقف والشعور بأنه لا يزال رجل البيت وسيد الموقف. ومن ثم فإنه لا بد وأن يعود إلى زوجته التي يحبها إنها حالة طبيعية تحصل له سواء شاء ذلك أم أبى، إنها قدر لا مفر منه.

من وقت لآخر يشعر الرجل بالضياع:

يختلف الرجال أحياناً بوصفهم لحالة الانطواء والعزلة الطبيعية، فمنهم من يقول «أريد أن أختلي بنفسي» ومنهم من يقول «أحتاج إلى أن أترك بعض المسافة بيني وبين زوجتي».

وبغض النظر عن تلك الأقوال ومحاولات التبرير فإن الرجل ينسحب وينطوي على نفسه وذلك لشعوره بالحاجة إلى الاهتمام بنفسه ولو لفترة

محدودة. وكما ذكرنا سابقاً فإن هذه الحالة هي حالة طبيعية وليست اختيارية شأنها شأن الشعور بالجوع والحاجة للأكل وشعور العطش والحاجة إلى شرب الماء أو بعض السوائل الأخرى. إنها طبيعية، فالانسحاب والابتعاد طبيعي. ما يريده الرجل من خلال ذلك هو إعادة شعور الثقة بنفسه والتأكيد على أنه لا يزال الرجل في تلك الأسرة وأن له المكانة المرموقة والاحترام والهيبة.

وإذا ما فهمت المرأة هذه النقطة، نقطة التغيير المفاجيء عند الرجل فإنها وبكل تأكيد ستعرف كيف تتعامل معها ومن ثم الاستفادة منها. نعم يمكن للمرأة الاستفادة من تلك الظاهرة.

ابتعاد الرجل عندما تحاول المرأة التقرب:

أجريت عدة دراسات علمية حول موضوع العلاقة بين الرجل والمرأة، وقد لوحظ أن عدداً كبيراً من النساء ذكرن إنه عندما تكون المرأة مستعدة وراغبة في التقرب إلى زوجها عاطفياً وتحاول أن تدخل معه في حديث عاطفي وشاعري فإن الرجل وفي تلك اللحظة يتجه إلى الطريق المعاكس!!.

تود المرأة التقرب والدخول في حديث لتهيئة الجو الشاعري إلا أن الرجل يبتعد عنها ويلجأ بعد ذلك إلى الصمت والانطواء على نفسه!!؟.

هذه الحالة محتملة الحصول جداً والسبب في ذلك يعود إلى أحد الأسباب التالية:

١ - عندما تلاحظ المرأة انسحاب الرجل وبروده «سواء قبل تلك اللحظات أو أثناءها» فهي وباللاوعي تحاول إعادة ذلك الشعور العاطفي الذي عرفته عند الرجل وتعودت عليه وتقول «لنتكلم»، وبما أن الرجل في حالة انطواء وانسحاب طبيعي وهي حالة لا تفهمها المرأة، فتستمر المرأة في محاولاتها لحث الرجل على التكلم والمشاركة العاطفية وما ينتج عن ذلك هو ابتعاد الرجل أكثر بدلاً من تقربه إليها. وعندها تتصور المرأة أن الرجل لم يعد يحبها ولا يهتم بها وإنه عزف عنها وقرر الابتعاد عنها.

٢ ـ استعداد المرأة للمشاركة العاطفية والوجدانية مع الرجل ورغبتها للدخول معه في حديث عاطفي قد يكون السبب الذي يولّد عند الرجل حالة الانطواء والانسحاب في تلك اللحظة. فللرجل مقدار معين من تحمله للعواطف التي يعيشها ويستقبلها من قبل المرأة وذلك قبل أن يرنّ عنده جرس الانطوائية والعزلة، هذا الجرس الذي ينبه الرجل إلى أن الوقت قد حان إلى إعادة الحسابات وتقييم الموقف والوقوف على آخر التطورات والمستجدات. قد يشعر الرجل بالحاجة إلى القيام بكل ذلك وهما ـ الرجل والمرأة ـ في قمة التقارب والترابط العاطفي.

وهنا تندهش المرأة لانسحاب وانطواء الرجل، ما الذي حصل؟ تحاول التقرب إليه وتحاول أن تهيء الجو العاطفي وتبدأ حديثها عن العواطف والحب، وبالمقابل يقوم الرجل من جانبه بالابتعاد والانطواء.

شيء غريب جداً لا يمكن للمرأة أن تتصور حدوثه إلا إذا كان هناك سبب غير ودي؟.

إن حقيقة ما يحصل هنا هو عندما تبدأ المرأة بالكلام عن العواطف فإن الرجل يتجاوب عاطفياً وتزداد درجة العاطفة عنده وتصل إلى حد كبير، وعندما تصل درجة العاطفة إلى مقدار معين لا يمكن للرجل أن يتحمل أكثر من ذلك، عندها يشعر بالحاجة إلى الابتعاد وعدم سماع كلام المرأة وطبيعي فإن ذلك التصرف لا يعني أن الرجل قد قرر هجر المرأة وهو لا يود سماعها ولا مجالستها ولا معاشرتها.

كلامنا هنا لا يعني أبداً أن هذه الحالة تحصل للرجل كلما حاولت المرأة التقرب إليه وبدأ حوار وديّ وعاطفي، أبداً، فإن شعور الرجل العام هو التجاوب العاطفي مع المرأة والمشاركة إلا أن الشعور الذي ذكرناه هو شعور استثنائي وقد ينتاب الرجل أحياناً، فإذا ما حصل مثل ذلك فعلى المرأة أن تفهم هذه الحقيقة التي ذكرناها وعليها أن تفهم أن ما حصل للرجل من شعور انطواء

وابتعاد كان لسبباً طبيعياً وليس عدوانياً وإن الرجل لا يزال يحبها ويهتم ويرغب في مجالستها ومعاشرتها، إلا أن ما أوعز لهذا الشعور الدفين عند الرجل أن يستيقظ ويبدأ دورته هو كلامها عن العواطف والحب وذلك في وقت لم يكن فيه الرجل على استعداد نفسي لتقبل ذلك.

متى تتكلم المرأة مع الرجل:

عندما يمر الرجل بتلك الحالة الانطوائية والانعزالية ويرغب في الانعزال والصمت ولا يود ساعتها التكلم مع أي شخص آخر، فعلى المرأة أن تعلم جيداً أن ذلك الوقت هو أسوأ وقت يمكن أن تختاره للكلام مع الرجل. وأن على المرأة أن تترك الرجل في خلوته هذه ولا تحاول أبداً القيام بأي عمل يمكن أن يعتبر «استفزازياً» بالنسبة للرجل.

سيبتعد الرجل ويصمت لفترة محددة، قد تطول أو تقصر، إلا أنه وبعد ذلك لا بد من عودته إليها. نعم سيعود إليها وتكون وقتها نفسيته في أوجها وقمتها. سيعود وهو مملوء بالحب والعواطف والاستعداد لعمل المستحيل من أجلها ومن أجل إسعادها والأهم من ذلك بالنسبة للمرأة آنذاك هو استعداده لكلامها والإصغاء لكل ما تقول.

إلا أن المصيبة هو موقف المرأة وحالتها النفسية عند خروج الرجل من تلك الحالة وعودته إلى الحالة النفسية والمعنوية العالية. نعم، إنها فعلاً مصيبة فالمرأة في تلك اللحظة تكون في حالة حذر شديد من الرجل ولا تود الدخول معه لا في حديث ولا في أية مشاركة، وذلك لعدة أسباب أهمها:

١ ـ تخشى المرأة الكلام مع الرجل وذلك لأنها آخر مرة وعندما حاولت الكلام ابتعد الرجل عنها وظنت ـ وبطريق الخطأ ـ بأن الرجل لم يعد يهتم بها ولا يريد التحدث إليها.

٢ ـ تظن المرأة إن ابتعاد الرجل ذلك كان نتيجة لغضبه عليها، لذلك تنتظره إلى أن يهدأ ويبدأ هو الكلام عن المشكلة التي أغضبته وسببت ذلك

الابتعاد والصمت. فحسب تفكير المرأة الطبيعي وأسلوبها في الحياة فإنها لو قررت الابتعاد عن الرجل فلا بد أن يكون السبب هو وجود مشكلة، ولو قررت العودة إلى الرجل فإنها تحتاج أولاً إلى مناقشة المشكلة وحلها ومن ثم إعادة الوئام والعودة إلى الوضع الطبيعي. وبناء على ذلك التفكير، تبقى المرأة تنتظر إلى أن يبدأ الرجل بالتحدث إليها، وهذا خطأ كبير إذ أن الرجل عندما ينتقل من حالته تلك ويعود إلى الحالة الطبيعية فإنه وحسب تفكيره لا يشعر بوجود أية مشكلة أصلاً ولذلك فهو لا يحتاج إلى أية مناقشة من ذلك القبيل.

٣ ـ تستاء المرأة وتغضب كثيراً عندما ينتقل الرجل إلى مرحلة الانطواء والانعزال وقد تلتزم هي جانب الصمت أيضاً. يبقى الموقف على هذه الشاكلة إلى أن يعود الرجل إلى حالته الطبيعية، وعندما يعود ويحاول أن يكلمها تكون هي في حالة غضب وغليان داخلي وتحاول عندها الاستمرار في الصمت خوفاً من انفجارها في الكلام والتعبير عن حالتها النفسية المزرية والتي كان سببها الرجل نفسه، وقد يؤدي ذلك إلى تصعيد الموقف وتكبير المشكلة. تستمر في سكوتها هذا لفترة وبعد ذلك تسأل الرجل عن حالته النفسية وشعوره وبما أن الرجل لم يشعر في الأصل بأي غضب أو تغير في مشاعره، لذلك لا يجد ما يقوله للمرأة حول مشاعره سوى إنها جيدة. وهنا طبعاً لا تصدق المرأة كلام الرجل هذا إذ إنها تعتقد أن صمته وانسحابه لم يكن طبيعياً ولا بد من وجود سبباً لذلك وهي تود معرفته والتحدث فيه وذلك لإجلاء الموقف وتصحيحه، لذلك تتصور المرأة أن الرجل يحاول أن يعيد الأمور إلى مجاريها الطبيعية دون التحدث عن أصل المشكلة. وهنا لا يجدر بنا أن نستغرب استياء المرأة وغضبها وعدم قناعتها برد الرجل ذلك فهو الذي بدأ بذلك الانسحاب وبدون أي مبرر والآن يود العودة وكأن شيئاً لم يكن؟!!.

كيفية جرّ الرجل إلى الكلام:

عندما تشعر المرأة برغبتها في الكلام والتقرب إلى الرجل فعليها أن تكون هي البادئة في الكلام وأن لا تنتظر من الرجل القيام بذلك. عليها أن تتكلم وتستمر في الكلام حتى لو شعرت أن الرجل قليل الكلام فقد يؤدي كلامها ذلك إلى تولّد الرغبة عند الرجل في الكلام.

من طبيعة الرجل إنه حتى لو كان في حالة نفسية مرتاحة ومستعد للمرأة وللتعامل معها فإنه يكون قليل الكلام، هذه هي طبيعة الرجل داخل المنزل.

وما لا تعرفه المرأة عن الرجل هو أن الرجل يبدأ الكلام فقط عندما يكون هناك سبباً للكلام. فالرجل لا يتكلم لمجرد الكلام، ولكن لو ابتدأت المرأة الكلام واستمرت فيه فقد يجد الرجل في كلامها ما يستحق المشاركة وعندها يبدأ بالكلام.

فعلى سبيل المثال: لو ابتدأت المرأة بالكلام عن بعض المشاكل التي تصادفها في العمل «وهنا نود أن نذكّر المرأة بضرورة الابتعاد عن، أو حتى التلميح إلى إيقاع اللوم على الرجل في كل الأمثلة التي نذكرها هنا» فلو تكلمت عن مشاكلها في العمل فقد يبدأ الرجل بالكلام عن مشاكله في العمل أيضاً. ولو ابتدأت الكلام عن الأولاد وحاولت الدخول في بعض التفاصيل عن كل منهم، فقد يشاركها الرجل الكلام ويبدأ بالتحدث في نفس الموضوع، وهكذا.

ضغط المرأة على الرجل وإجباره على الكلام:

تحدّث المرأة مع الرجل ومشاركته بعض الأفكار والمشاعر يساعد الرجل ويحفّزه على الكلام، ولكن عندما يشعر الرجل بأن المرأة تحاول الضغط عليه وإجباره على الكلام عندها تتشتت أفكاره وينعدم تركيزه ولن يكون عنده أي شيء يقوله ويتوقف عن الكلام. وحتى لو كان عند الرجل ما يمكن أن يقوله فإنه ونتيجة لضغط المرأة عليه يتوقف عن الكلام، فضغط المرأة يولد عند الرجل شعور المقاومة والرفض.

وهناك نقطة أخرى نود ذكرها في مجال حديثنا، يصعب على الرجل الاسترسال في الكلام عندما يظن أن المرأة تحاول استجوابه، هذا في الحالة الاعتيادية وعندما يكون الرجل في حالة نفسية طبيعية ومرتاحة، أما إذا كان الرجل في وضع غير طبيعي وفي حالة نفسية غير مرتاحة فمسألة استرساله في الكلام تكون أصعب بكثير وتكاد تكون مستحيلة.

هناك قاعدة عامة عند النساء نتطرق إليها، فالمرأة غالباً ما تحاول أن تجرَ الرجل في الحديث ولا يعجبها صمته إذ إن ذلك الصمت بالنسبة لها هو أمر غير طبيعي وعلى الرجل أن يتكلم معها. وقد تذهب المرأة في تفكيرها إلى أبعد من ذلك، فكلام الرجل ومشاركتها الحديث دلالة على حبه لها وإن صمته أو عدم رغبته في الكلام دليل على عكس ذلك.

هذه القاعدة غير صحيحة بالمرة وتؤثر على الرجل تأثيراً سلبياً، فالرجل يتكلم وذلك عندما يشعر بالرغبة في الكلام أو عندما يكون هناك موضوع يستحق المناقشة والتحدث فيه. أما ما عدا ذلك فشعار الرجل هو السكوت. هذا هو الرجل وهذه هي تركيبته، وهو يتوقع من المرأة أن تتقبّله على ما هو عليه ولا يحب أن تسلط المرأة عليه أي ضغط أو أن تحاول إجباره على الكلام وإذا ما فعلت المرأة ذلك فإنه لن يتقبل ذلك منها ولن يتجاوب.

وهنا نرى المرأة تغضب لرفض الرجل المشاركة في الكلام فتتأثر وتزعل وتغضب، وهذا التصرف من قبل المرأة يسبب غضب الرجل. ويسبب مشكلة لا داعي لها أصلاً وسببها هو الاختلاف الطبيعي بين الرجل والمرأة.

على المرأة أن تعلم هذه الحقيقة عن الرجل وأن لا تحاول تفسيرها تفسيراً خاطئاً، وكذلك على الرجل أن يعلم طبيعة المرأة أيضاً طبيعتها لحب الكلام وعليه أن لا يظن بأنها تحاول استنطاقه أو استجوابه، هذه هي طبيعة المرأة.

كيفية فتح باب الحوار مع الرجل:

كلما حاولت المرأة وكثفت محاولاتها لإجبار الرجل على الكلام، كلما زاد عناد الرجل وزادت مقاومته لذلك. ومن الخطأ اتباع الأسلوب المباشر لإجبار الرجل على الكلام خصوصاً عندما يكون في تلك الحالة النفسية، حالة الانطواء والانكماش والابتعاد.

وهنا وبدلاً من أن تسأل المرأة كيف يمكن لها أن تجعل الرجل يفتح فمه ويتكلم، عليها أن تسأل «كيف يمكن لها أن تحقق هدف التقرّب وفتح باب الحوار والنقاش مع الرجل؟» نعم هذا هو السؤال الذي من الأفضل للمرأة أن تسأله.

إذا شعرت المرأة أن العلاقة بينها وبين الرجل تحتاج إلى المزيد من الكلام والحوار ـ وطبعاً فإن غالبية النساء يشعرن بذلك دائماً ـ فعليها أن تضع في الحسبان طبيعة الرجل الميالة إلى قلّة الكلام وأحياناً إلى رفضه الكلي للكلام ولجوئه إلى الصمت عندها تحاول المرأة فتح باب الحديث واستدراج الرجل وجرّه إلى الكلام.

وإذا قامت المرأة بذلك ولاحظت تواجد الرجل الجسدي والذهني معاً فإن ذلك دلالة على استعداد الرجل للإصغاء إليها ومشاركتها الكلام. وهنا يتوجب على المرأة الابتعاد كلياً عن طرح سؤال أو سلسلة من الأسئلة والبدأ في التحقيق ومن ثم انتظارها إجابات الرجل على تلك الأسئلة. فالنتيجة وبدون أي شك ستكون سلبية إذ أن الرجل سيلجأ إلى السكوت أو حتى إلى المقاومة والغضب.

على المرأة أن تختار وبدقة موضوع ليس فيه أية دلالة على الاستجواب وخال من إلقاء أي لوم على الرجل أو فيه أي نوع من الاتهام. عليها أن تختار موضوعاً تتوقع أن يعجب الرجل، عندها وفي البداية يبدأ الرجل بالاستماع ويبدأ تدريجياً بالكلام.

ويكون من الأفضل لو أن المرأة اختارت موضوعاً يجعلها هي المتكلمة

ويجعل الرجل مستمعاً. تتكلم بهدوء وتحاول أن تخلق جواً هادئاً وودياً وتحاول أن تشعر الرجل بأنها فعلاً سعيدة لإصغائه لها ولا تحاول إجباره على الكلام.

فعلى سبيل المثال يمكن لفاتن أن تقول لزوجها أيمن «هل يمكن أن تسمعني لفترة قصيرة؟ كان يومي في العمل شاقاً ومليئاً بالمشاكل وأود التحدث إليك حول ذلك». وعندها تبدأ بالكلام.

وهنا على فاتن أن تنتبه إلى وضع زوجها أيمن وحالته النفسية، فإذا لاحظت عليه علامات تدل على عدم استعداده للدخول في أي حوار، فعليها أن تتوقف حالاً وأن لا تستمر. أما إذا لاحظت بعض الاستعداد فيمكن لها أن تستمر ومن المهم جداً أن تحاول فاتن إفهام زوجها بأن ساتماعه وإصغائه لكلامها يريحها ويريح أعصابها ويهوّن عليها المشكلة.

كلام فاتن هذا يشجع زوجها أيمن على الاستماع والاستمرار في ذلك وبدون هذا التشجيع فقد يفقد الزوج رغبته في الاستماع ويشعر بعدم حاجته إلى الاستماع إلى مزيد من المشاكل.

عزيزتي المرأة، بدون شك إنك وبطبيعتك تحبين الاستماع لكلام الآخرين وتقدّرين أهميته ومدى الحاجة إليه ولكن تذكري أن الرجل وبطبيعته على عكس ذلك. نعم إنه غالباً ما يرفض الاستماع ولا يحب أن يكون مستمعاً خصوصاً إذا كان الموضوع بالنسبة له تافهاً ولا يعنيه شخصياً. ولكي نغير ذلك في الرجل ونجعله مستمعاً جيداً فإن ذلك يحتاج إلى أن ندرب الرجل على ذلك. وهذا التدريب يحتاج إلى فترة من الزمن قد تطول أو تقصر. إلا أن الحقيقة هي لا يمكن أبداً أن نجعل من الرجل مستمعاً بين عشية وضحاها. أبداً لا بد من التدريب الجيد والذي قد يتطلب منك بعض الصبر؛ السر في جعل الرجل مستمعاً جيداً هو شعوره بتقديرك لذلك الجهد الذي يبذله من أجلك جهده للتغلب على مشكلة «عدم استعداد الرجل للإستماع»؛ تقديرك هذا هو الشيء

الوحيد الذي يشجع الرجل على الاستماع. وإذا تمكن الرجل من الاستماع للمرأة، فإنه بعد ذلك يبدأ بإدراك أهمية الكلام بين الزوجين. فالمهم جداً هو اختيار الوقت المناسب واختيار الأسلوب الأمثل.

عندما لا يتكلم الرجل:

ذات يوم وفجأة قررت أمينة طلب الطلاق من زوجها حميد والذي تزوجته منذ أكثر من عشرين سنة!، نعم، وصلت بها الحالة إلى درجة لا تطاق وقررت أنه من المستحيل الاستمرار في العيش مع حميد في ظل ذلك الزواج، وإن الطلاق هو أفضل وسيلة لتنفيذ ذلك. أكثر من عشرين سنة قضتها أمينة ـ حسب تفكيرها ـ في آلام ومعاناة ومرارة وكل ذلك بسبب زوجها حميد وقد آن الأوان لوضع نهاية لذلك العذاب.

السبب الرئيسي في تلك المعاناة والعذاب هو قلة وعدم رغبة حميد المستمرة في الكلام معها. قالت أمينة وهي تحاول إعطاء صورة توضح شعورها ومعاناتها لمواقف زوجها حميد «كيف يمكن لحميد أن يقول إنه لا يرغب بالطلاق؟! كيف يمكن أن يقول إنه يود العيش معي؟! إنه فقد حبه لي ولم يعد عنده أي شعور نحوي، كلما حاولت التحدث إليه ابتعد عني وتركني!! برد دمه وفقد عاطفته وشعوره نحوي. أكثر من عشرين سنة وهو يخفي عني شعوره ولا يفصح عما في داخله. نعم أكثر من عشرين سنة وهو يحاول دائماً إما السكوت أو الإجابات المختصرة فتحت له قلبي وكلمته في كل شيء، أما هو فقد أغلق قلبه وقفل فمه وطوى لسانه وقرر السكوت المطبق. لا يمكن أن أنسى ذلك أبداً ولن أستطيع النسيان أو المسامحة أبداً ولا يمكن الاستمرار على هذا الحال. وأني على يقين أن الطلاق هو الحل الوحيد لراحتي ولراحته هو أيضاً. لقد تعبت من كثرة محاولاتي لجعله يفضفض عما في داخله أملاً في أن يخبرني عما يقلقه كي أتمكن من مساعدته».

للأسف عزيزي القارىء، إن هذه الحكاية هي قصة حقيقية حصلت

لإحدى السيدات وما قالته كان في عيادة أحد الأطباء النفسيين خلال إحدى الزيارات.

الآن وبعد أن عرفنا الطبائع المختلفة بين الرجل والمرأة وكذلك بعد أن عرفنا صمت الرجل وأسبابه والطريقة المثلى لتعامل المرأة مع ذلك، أستطيع أن أقول بأننا نتمكن حالياً من التعرف على حقيقة ما حصل. سكوت الزوج الطبيعي والمبهم بالنسبة للزوجة، وكذلك محاولاتها «الخاطئة» لحمله على الكلام.

كان على الزوجة أمينة ومنذ أكثر من عشرين سنة أن تعلم أن حميد هو من عالم آخر، نعم عالم آخر إسمه عالم الرجال وهذا العالم يختلف عن عالمها عالم النساء، وإن طبيعة هؤلاء الرجال تختلف اختلافاً كبيراً عن طبيعة النساء اختلاف السايكولوجيات الطبيعي.

كان على الزوجة أمينة ومنذ البداية أن تعلم أن هناك فرقاً شاسعاً بين نظرة المرأة ونظرة الرجل إلى مفهوم الحوار والكلام.

وهنا يمكن أن نعطي أمينة كل الحق في غضبها هذا وثورتها على الواقع وأسفها على كل تلك السنوات الطويلة والتي قضتها في العذاب والمعاناة، لو إن الزوج حميد كان من عالم النساء؛ فلو كان من عالم النساء فإن تصرفه عندئذٍ يكون تصرف خاطىء ولم يكن له الحق في تلك الإجابات المختصرة أو الصمت والابتعاد. إلا أنه ليس من ذلك العالم، إنه من عالم مختلف تماماً، عالم الرجال، إنه رجل وله طبيعة تختلف.

وهنا نضيف إنه من المجحف أن نقول إن الذنب كان ذنب أمينة لوحدها أو ذنب حميد لوحده، إنه مسؤولية وخطأ مشترك وقع فيه الاثنان والسبب هو جهل أمينة بطبيعة حميد الرجل وكذلك جهل حميد بطبيعة أمينة المرأة، الجهل في اختلاف السايكولوجيات.

لو علمت أمينة ومنذ البداية إن الرجل وبطبيعته قليل الكلام ولا يتكلم إلا عندما يشعر بالحاجة إلى الكلام، وإنه لا يود الانخراط في حديث عام لا معنى

له ولا نتيجة من ورائه، وأنه ومن فترة لأخرى تنتابه حالة «الانطواء والانسحاب والابتعاد». لو علمت كل ذلك لما قامت بكل تلك المحاولات لحمل حميد على الكلام. تلك المحاولات التي أدّت إلى تعقيد الأمور أكثر وأكثر. لو علمت طبيعته لارتاحت وقتها وأعطته الفرصة الكافية للاختلاء بنفسه ومن ثم عودته إليها وهو مشحون بشحنة قوية من العاطفة والحب. وعندها لهدأت الأمور وارتاح الاثنان.

وكذلك لو علم حميد ومنذ البداية إن المرأة وبطبيعتها كثيرة الكلام داخل المنزل وهي تتكلم عن كل ما يدور في داخل وخارج المنزل، لو علم إن الكلام بالنسبة لأمينة هو وسيلة للتعبير عن حبها له وتعلقها به، لتكلم معها وأراحها. ولو علم أن صمته وانسحابه المفاجىء يعتبر لغزاً بالنسبة لأمينة وإنه يثير في نفسها الفزع والهلع، لو علم ذلك لأخبرها عن حقيقة ذلك الانسحاب والانطواء ولطمأنها على نفسه وعلى حتمية عودته إليها.

ذكرت أمينة للدكتور النفسي إنها «تعبت من كثرة محاولاتها لجعل حميد يفضفض عما في داخله أملاً في أن يخبرها عما يقلقه كي تتمكن من مساعدته»، وهنا طلب الدكتور من أمينة أن تعطيه مثالاً بسيطاً عن محاولاتها تلك. أجابت وأوضحت الأسلوب الذي اتبعته وهو كالتالي:

أمينة: كيف كان يومك في العمل؟

حميد: لا بأس.

أمينة: ماذا حصل هناك؟

حميد: المعتاد، مثل كل يوم.

أمينة: ماذا تحب أن نفعل يوم الجمعة القادم؟

حميد: لا يهم ما نفعله، قرري أنت.

أمينة: هل تحب أن ندعو بعض الأصدقاء لطعام الغداء؟

حميد: لا أدري، بالمناسبة هل تعلمين مكان المطرقة؟

أمينة: «تغضب لردود حميد وتقول»: لم لا تكلمني؟

حميد: «يغضب لردة فعل أمينة ولا يجد عنده أي شيئاً يقوله».

أمينة: هل إنك فعلاً تحبني؟

حميد: طبعاً أحبك، ألم أتزوجك؟

أمينة: كيف يمكن أن تحبني؟ إننا لم نعد نتكلم مع بعضنا البعض، كيف يمكن لك أن تجلس طوال الوقت وأنت ساكت؟ هل إنك فعلاً تهتم بي وبمشاعري؟؟!!

وهنا يشتاط حميد غضباً وذلك بسبب المحادثة التي دارت بينه وبين زوجته أمينة ويترك المكان ويغادر المنزل، وبعد فترة يعود للبيت وكأن شيئاً لم يكن.

تحاول أمينة أيضاً أن تتظاهر بالمظهر الطبيعي بالرغم من أنها تغلي في الداخل، تحاول التظاهر بالحب والتقرب بالرغم من أن شعورها الداخلي يدفعها إلى الابتعاد.

تستمر الحالة هذه فترة قصيرة ثم تبدأ أمينة مرة ثانية بمحاولة التحدث إلى حميد وتحاول أن تتعرف على حقيقة شعوره بعد كل ما حصل بينهما.

هذه المواقف «المشاكل» والتي استمرت أكثر من عشرين سنة هي التي دفعت أمينة إلى طلب الطلاق، فما هو الحل النموذجي؟

الحل النموذجي:

شكوى أمينة من صمت حميد الدائم ومحاولاتها المستمرة لجعله يفتح فمه ويتكلم كانت ومنذ البداية خطأً كبيراً، كانت محاولاتها تلك سائرة في حلقة مفرغة وفي طريق مسدود، محاولاتها كانت عبارة عن «زيادة المشاكل وتطوير المواقف إلى الأسوأ» وما حصل بعد كل تلك السنين هو تكدس وتراكم كل تلك المشاكل وأصبحت تلالاً وجبالاً وكل منهما كان واقفاً في الجانب الآخر، وأصبح الاتصال بينهما بعد ذلك مستحيلاً، ولم يحاول أي منهما إزاحة تلك

التلال والجبال. نعم صمت حميد والذي أثار جنون أمينة وكذلك كلام أمينة ومحاولاتها لجرّ حميد إلى الكلام زادت الطين بلة وبالتالي أصبحت الحياة بينهما مستحيلة ووصلت إلى درجة لا تطاق وكان الطلاق بالنسبة لأمينة هو الحل الأفضل.

اعلمي عزيزتي حواء إن طبيعة آدم تختلف عن طبيعتك، حاولي أن تتذكري ذلك دائماً، فالرجل لا يكثر من الكلام كما تفعل المرأة وخصوصاً داخل المنزل وبعد عودته من العمل. نعم، فالحياة التي يعيشها الرجل خارج البيت وبالذات في مجال العمل تعتبر صراع مستمر وكفاح مستديم ولا يتوقف طوال الوقت، وإنه يبذل مجهوداً كبيراً أثناء ذلك الوقت. لذلك فعندما يعود الرجل إلى المنزل يكون مجهداً تماماً وكل ما ينشده في ذلك الوقت هو الهدوء التام وراحة الأعصاب. يريد وقتاً كافياً كي يتخلص من توتر الأعصاب الذي أصابه أثناء النهار في الخارج. ويمكن أن نقول عندما يعود الرجل للبيت بعد يوم عمل طويل يكون كالجندي العائد من الحرب، أو كمصارع أو ملاكم خاض جولات عنيفة ضد خصم شديد.

نعم يريد الرجل وقتاً يرتاح فيه، وأثناء ذلك الوقت لا يريد أن يشترك في أي شيء آخر يحتاج أن يبذل فيه مجهوداً فكرياً أو جسدياً. وفي هذه الأثناء فإن أكثر ما يمكن للرجل أن يقدمه هو الاستماع، نعم الاستماع الذي لا يكلفه الكثير، وحتى هذا الاستماع فإنه لا يريحه بل إنه قد يسبب له الصداع والانزعاج، إنه يفضل الهدوء التام.

قد يتجاوب الرجل مع المرأة ويحاول الاستماع إليها، وإذا ما فعل ذلك فيجدر بالمرأة أن تعلم بأن ذلك الرجل يحبها ويحترمها وإن الأوضاع طبيعية بينهما، ومع ذلك فإنه من الخطأ الكبير أن تتوقع المرأة من الرجل المشاركة في الكلام، أو أن تحاول جرّه إلى الكلام هذا خطأ.

إذا تجاوب الرجل في الأوقات الاعتيادية مع المرأة وبدأ بالاستماع إليها،

فعلى المرأة أن تحاول تعويد نفسها على ذلك الوضع، كلامها مقابل استماعه إليها وبدون مشاركة كلامية من جانبه. ما قد يحصل بعد ذلك هو أن الرجل وبعد فترة قصيرة سيتعود على الاستماع ويصبح الاستماع بالنسبة له شيء طبيعي. وعندما يلاحظ قبولك لهذا الوضع وتقديرك لمجرد إصغائه إليك فإنه سيرتاح نفسياً وبعد ذلك سيحاول إيجاد طريقة معينة يبعث من خلالها السرور والبهجة إلى قلبك، وقد تتطور الأمور بعد ذلك ويبدأ الرجل بالكلام.

وأنت أيها الرجل الفاضل، لا شك إن ساعات العمل قاسية وشاقة وإنك تكون قد بذلت جهداً جباراً أثناء ذلك، ولا شك إنك عند عودتك للبيت تكون مرهق الأعصاب وتنشد الراحة كي تستطيع أن تجدد نشاطك. لا شك في كل ذلك إلا أن عليك أن تتذكر إن زوجتك هي من عالم آخر وليست من عالمك، هي من عالم النساء وإن طبيعتها تختلف عن طبيعتك. إنها على عكس ما أنت عليه، فهي عند عودتها للبيت تحاول الكلام، تحاول الكلام عن يومها في العمل وكيف قضته، تحاول أن تستفسر عن يومك في العمل وكيف كان وعن أمور أخرى.

اعلم عزيزي الرجل إن تصرف المرأة هذا هو أمر طبيعي بالنسبة لها وهو دليل على حبها لك ولا تتصور أبداً إنها تحاول أن تضايقك أو أن تقلب حياتك إلى جحيم أو إنها قد عقدت النية على إرسالك إلى مستشفى الأمراض العقلية.

المرافقة المستمرة وعدم الافتراق:

كم من الأزواج الجدد يقعون في هذا الفخ اللعين؟ فعندما يتعرف الشاب على الشابة ويتكون بينهما الحب والشعور العاطفي ويتزوجون نرى الرجل يبذل المستحيل لإسعاد زوجته ونرى الزوجة تفعل نفس الشيء، تحاول أن تقوم بكل ما يرضي الزوج ويسعده. نرى العريسين في شهر العسل وهما يقضيان أحلى الأوقات مع بعض وبعد ذلك يحاول الاثنان أن يوفرا الراحة والسعادة لكل منهما.

ومن الأخطاء الكبيرة التي يرتكبها العريسان هو الملاصقة الدائمة، نعم إنها خطأ كبير يجرّ إلى المشاكل والويلات.

لنلق نظرة على القصة التالية:

قرر الشاب وليد والذي تعرّف على الشابة سعاد الزواج منها، وكعروسين شابين ليست لهما خبرة طويلة في الحياة حاول وليد بذل كل جهوده لأجل إسعاد زوجته، والزوجة أيضاً بذلت كل جهودها لإسعاد زوجها، ما أحلى ذلك في البداية.

حاول الزوج وليد ولمدة سنتان متتاليتان أن يكون دائماً بجانب زوجته، ظناً منه أن هذا هو التصرف السليم التصرف الذي يجب على كل زوج أن يتبعه، وإن ذلك التصرف يجلب السعادة للزوجة.

وخلال تلك الفترة قامت الزوجة سعاد بنفس الشيء، فقد كانت برفقة زوجها دائماً ولم تحاول الذهاب إلى أي مكان بدونه **(ظلان متلازمان)**.

بعد مرور سنتان على هذه الحالة، لاحظت الزوجة سعاد أمراً غريباً لم تفهمه أبداً ولم تفهم أي سبب له. شيئاً أذهلها وأدخل بعض الظنون والشكوك إلى قلبها، لاحظت بعض التغييرات على زوجها وليد فبعد سنتين من العطاء والحب الدافق والمرافقة المستمرة أصبح وليد إنساناً خاملاً كسولاً ولا يحب القيام بأي عمل يذكر. ثم لاحظت إن حالة زوجها وليد النفسية قد تغيرت أيضاً فبعد ذلك الحب والعطاء والتحمل الكبير، بدأ صبره ينفذ بسرعة وتثور أعصابه لأتفه الأسباب وبعد ذلك ينطوي على نفسه ويتوقف عن الكلام، وحتى مزاجه الذي كان دائماً حلوا، تغير وحل محله برودة دم.

وعندما لاحظت ذلك حاولت معالجة الأمور بطريقتها الخاصة، تلك الطريقة التي تجهل حقيقة الرجل، نعم فإن سعاد لم تمر بمثل تلك التجربة في السابق وليست لها أية دراية بطبيعة الرجال. تظن إن طريقتها في معالجة الأمور تسري على الرجال وتؤدي إلى نتائج طيبة مثلما كانت تقدم نفس النتائج عندما

كانت تستخدمها في التعامل مع صديقاتها.

حاولت سعاد أن تعيد زوجها إلى حالته الطبيعية وإلى ما كان عليه في السابق وبدأت تقوم بأمور شتى في سبيل ذلك، كالكلام معه ومداعبته واختلاق أمور ومناسبات لجره إلى الكلام والمشاركة كل ذلك المجهود ذهب أدراج الرياح ولم يؤدي الغرض المطلوب وبدأت الأمور تسير بإنحدار نحو الأسفل. وبعد ذلك وصلت الأمور بينهما إلى شكل أشبه بحالة الخصام المستمر. يذهبان صباحاً للعمل وبعد عودتهما يتناولان طعام الغداء ثم يقوم كل منهما ببعض الأعمال، أعمال انفرادية. تذهب هي إلى المطبخ للاعتناء بنظافته بينما هو منشغل بمشاهدة التلفزيون. تقوم هي بقراءة الصحيفة أو أحد الكتب بينما يكون هو مشغولاً بالاعتناء بحديقة المنزل. وهكذا إلى أن يحين موعد النوم. حياة مملة رتيبة تدفع إلى الحزن والشكوى المستمرة. احتار الزوجان ولم يعرفا سر المشكلة، وبعد ذلك قررا الاستعانة بخبرة أحد الأطباء «علم النفس»، وهناك وبعد أن شرحا الموضوع للدكتور النفسي، كانت العلة هي «المرافقة المستمرة وعدم الافتراق» إنها خطأ كبير يقترفه الرجل والمرأة بعد الزواج، نعم فإن تلك المرافقـة تعتبر خطأ والأفضل لكليهما أن يقضي كل منهم وقتاً منفرداً وبعيداً عن الآخر.

عندما يكون الرجل في حالة مرافقة مستمرة للمرأة وليست لديه الفرصة للإبتعاد عن المرأة لينفرد بنفسه، فمن الأكيد أن تطرأ عليه بعض التغييرات. وأهم هذه الأعراض هي الكسل والخمول، تغيّر في حالته النفسية، نفاذ الصبر ومن ثم تظهر عليه علامات العصبية والتهجم في الكلام. يصبح الرجل وكأنه قنبلة موقوتة وأية ملامسة تؤدي إلى انفجارها. الخطأ الذي ارتكبه وليد ومنذ البداية هو إنه وبكل براءة وحسن نية قرر ملازمة زوجته سعاد باستمرار ظناً منه أن ذلك التصرف هو التصرف الصحيح وإن تلك الملازمة ستسعدها وتدخل الفرحة إلى قلبها، إذ إن الزواج السعيد هو «المشاركة في كل شيء» وإن تلك الملازمة تتيح الفرصة للمشاركة أكثر وأكثر!!.

ظنت سعاد أيضاً وبطريق الخطأ إن الطريقة المثلى للحياة الزوجية السعيدة هي المشاركة الكلية، ولم تحاول هي من جانبها الابتعاد عن زوجها وليد وذلك خوفاً على مشاعره وأحاسيسه. خلال كلامها مع الطبيب النفسي ذكرت سعاد إنها وذات مرة ذهبت للسوق بمفردها وعندما عادت للبيت وجدت زوجها وليد وهو بحالة نفسية مزرية وعندها شعرت بالندم على ما فعلته وبالأسف على حالة زوجها.

وهنا هبّ الزوج وليد واقفاً على قدميه وقال (أنا أتذكر ذلك اليوم جيداً، أتذكره وكأنه لا يزال محفوراً في ذاكرتي، لم تكن حالتي النفسية المزرية تلك نتيجة لذهابك للسوق بمفردك، أبداً فما عكّر عليّ مزاجي وسبب تلك الحالة هو خسارة بعض المال في المضاربة في الأسهم، لن أنسى ذلك اليوم أبداً. فخروجك ذلك اليوم للسوق بمفردك كان هو أول مرة ومنذ زواجنا شعرت فيها بأني لوحدي في البيت وكنت فعلاً مرتاحاً وسعيداً بذلك. والسبب في عدم إخبارك حول ذلك الشعور هو خوفي على مشاعرك وأحاسيسك، نعم لن أنسى ذلك اليوم أبداً).

المزيد من الاستقلالية:

بعد تلك الزيارة إلى عيادة الطبيب النفساني أدركت سعاد أهمية عدم القلق الدائم على زوجها وليد، استقلالية وليد وخروجه لوحده وابتعادهما عن بعض لفترات قصيرة أثناء اليوم وعدم تلاصقهما مع بعض ساعدها كثيراً في الشعور بالاستقلالية داخل البيت وبدأت تهتم بنفسها وبأمور المنزل أكثر من السابق. بدأت ترتب المنزل حسب رغبتها وكذلك شعرت بحرية أكثر في الخروج من البيت والذهاب مع صديقاتها إلى تناول الطعام في الخارج أو الذهاب إلى مشاهدة إحدى المسرحيات.

وكذلك أدركت سعادة طبيعة الرجل ورغبته القصرية في الدخول إلى صومعته وحبه للاختلاء بنفسه، وأصبح لديها اليقين بأن عودته إليها لا بد منها.

وكذلك أدركت سعاد مشاركتها العفوية والغير مقصودة في زيادة لهيب المشكلة وذلك عندما كانت تلازم زوجها طوال الوقت.

وبعد فترة قصيرة من تلك الزيارة المهمة جداً لعيادة الطبيب النفساني تبدلت الأمور بين الزوجين وحلّت السعادة والبهجة مكان الحزن والكآبة، وتغيرت العلاقة بينهما وأصبح لها طعم ومعنى. فالزوج وليد والذي كان خاملاً وكسولاً وقليل الصبر أصبح أكثر نشاطاً وزاد اهتمامه وولعه بزوجته وذلك بعد أن حصل على استقلاليته وحريته وشعر إنه غير مقيد وإنه لا زال رجل البيت وإن مكانته محفوظة.

إعاقة دورة المودة والإلفة:

هناك طريقتان قد تسلكهما المرأة وبكل عفوية وبراءة تؤدي إلى إعاقة دورة المودة عند الرجل. أولهما مطاردته عندما يحاول الابتعاد وثانيهما هي رفضه عندما يعود ثانية من ذلك الابتعاد. ولنحاول أن نلقي الضوء على هاتين الطريقتين بإسهاب وشرح مفصل:

١ ـ مطاردته عندما يحاول الابتعاد: هناك عدة طرق شائعة تسلكها المرأة وتحاول من خلالها منع الرجل من ذلك الابتعاد الطبيعي والذي يحصل له من فترة لأخرى، تسلك المرأة ذلك ظناً منها إن تلك المطاردة ستقرّب الرجل منها وتزيد من حبه لها. وهذه الطرق هي:

أ ـ **المطاردة الجسدية:** وهي أن تتبع المرأة الرجل أينما ذهب وحل. يحاول الرجل الذهاب إلى غرفة الجلوس للراحة والاستمتاع بقراءة الصحيفة اليومية أو كتاباً ممتعاً، وفجأة يرى المرأة جالسة على الكرسي المجاور. يحاول أن يذهب إلى الحديقة وذلك لشم الهواء الطلق والاستمتاع بالنظر إلى الزهور أو لمجرد التفكير، تتبعه الزوجة وتقف إلى جنبه وتبدأ بالكلام إليه. يحاول الاتصال هاتفياً بأحد أصدقائه، يراها واقفة أمامه وكأنها تتنصت إلى ما يقول. ظله الذي لا يفارقه أينما ذهب.

ب ـ **المطاردة الشعورية**: عندما يحاول الرجل الابتعاد عن المرأة والاختلاء بنفسه، تبدأ المرأة بالقلق عليه وبعد ذلك تقوم بمحاولات شتى الهدف من ورائها مساعدته وإخراجه من تلك الحالة النفسية. وإذا ما فشلت تلك المحاولات ـ وغالباً ما تفشل ـ فنرى المرأة تستاء وتغضب لعدم تجاوب الرجل «وإصراره على الصمت والابتعاد».

ج ـ **المطاردة الذهنية**: عندما يبتعد الرجل عن المرأة فقد تحاول المرأة مطاردته وذلك بالقيام بطرح أسئلة فيها الكثير من الملامة وعدم الرضا واتهام الرجل بالقصور، وطبعاً فإن الهدف من تلك المطاردة هو إعادة الرجل إلى وضعه الطبيعي. ومن هذه الأسئلة «كيف تسمح لنفسك بأن تعاملني بمثل هذه القساوة؟» أو «ما الذي أصابك» أو «ألا تعلم إن ابتعادك هذا يؤذيني؟».

وهناك طريقة أخرى قد تسلكها المرأة محاولة منها إعادة الرجل إليها وهي محاولة إرضائه. تحاول وقتها أن تكون امرأة مثالية لا ترتكب أي خطأ يمكن أن يكون السبب في إزعاج الرجل وحمله على الصمت والابتعاد. تحاول أن تقوم بكل ما يرضي الرجل حتى لو إن ذلك يستدعيها إلى القيام بأمور لا تعجبها ولا تود القيام بها في الظروف الاعتيادية والطبيعية.

٢ ـ **رفض المرأة للرجل عندما يعود إليها**: هناك عدة طرق تتصرف بها المرأة وتسلكها وذلك عندما تحاول رفض الرجل بعد عودته إليها، وكل هذه الطرق تؤدي إلى إعاقة عودة الرجل ومن ثم إلى المشاكل، وأهم هذه الطرق:

أ ـ **الرفض الجسدي**: قد ترفض المرأة الرجل وتبتعد عنه. أو قد ترفض المرأة الرجل وترفض أي نوع من الملامسة الجسدية من قبله أو حتى محاولة الرجل التقرب منها، وقد تحاول التعبير عن ذلك الرفض عن

طريق ارتفاع صوتها أو قد تلجأ إلى نوع من العنف فتقوم بكسر بعض الأواني والصحون في المطبخ.

يعتبر هذا النوع من الرفض خطراً جداً وله عواقب غير محمودة إذ إن غضب المرأة وثورتها العصبية ورفضها للرجل يدفعه إلى الخوف مستقبلاً من الابتعاد وعندها يحصل خللاً كبيراً في دورة الابتعاد الطبيعي عند الرجل، وإذا قاوم الرجل تلك الدورة الطبيعية ومنعها من الحصول فالنتيجة ستكون كما ذكرنا في «المرافقة الدائمة وعدم الافتراق». أي كسل وخمول الرجل وقلة صبره وبالتالي فقد أعصابه لأتفه الأمور وحصول المشاكل. أو قد يخلق رفض المرأة للرجل شعور الغضب عند الرجل ومن ثم فقدانه الرغبة بالعودة إلى المرأة. وءذا تكرر ذلك فقد يقرر الرجل عندها الابتعاد الدائم عن المرأة.

ب ـ **الرفض الشعوري**: بعد أن يمر الرجل بدورة الانطواء والإنعزال ويعود ثانية تكون المرأة وقتها تعيسة بسبب ذلك الابتعاد وتبدأ بالملامة والعتاب. فهي لا يمكن أن تسامحه على فعلته تلك، فعلته التي كانت دلالة على إهماله إياها وعدم الاكتراث بشعورها.

ومهما حاول الرجل فلن يتمكن وقتها من إرضائها وإسعادها فهي مصرة على التعاسة وعدم الليونة أو التنازل عن موقفها.

وما يحصل بعد ذلك هو ملل الرجل ويأسه من إقناعها وبعد ذلك يتوقف عن محاولته ويترك الموضوع على ما هو عليه، الزعل والجفاء.

ج ـ **الرفض الذهني**: عند عودة الرجل من ذلك الابتعاد ترفض المرأة التقرب منه ومشاركة المشاعر والعواطف معه. تتصرف بكل برود وترفض الرجل وترفض حتى الكلام معه. والسبب في ذلك التصرف هو تولّد شعور عدم ثقة المرأة بالرجل وبحبه إياها أو الاهتمام بها. وهنا للأسف فالنتيجة هي دفع المرأة للرجل للابتعاد عنها.

هل لماضي الرجل أي تأثير؟

من المحتمل جداً أن يكون لماضي الرجل تأثير بالغ على حياته وعلاقته بالمرأة وعلى التعامل معها وكذلك على شعور الود والعاطفة تجاه المرأة.

بعد الزواج قد يحاول الرجل عدم الابتعاد عن المرأة ويجبر نفسه على عدم الانطواء والابتعاد عن المرأة ولا يدخل صومعته. والسبب في كل ذلك هو ماضيه وما يتذكره عندما كان طفلاً صغيراً يتذكر ردة فعل والدته السلبية عندما كان أبوه يعود إليها بعد ابتعاده الطبيعي عنها. هذا الرجل والذي يحمل في ذاكرته تلك الذكريات لا يعرف إنه بحاجة إلى ذلك الابتعاد الطبيعي وما يحصل لذلك الرجل بعد أن يقاوم رغبته وحاجته إلى الابتعاد، هو أن يبدأ وبطريق اللاشعور بخلق مشكلة أو مشاكل تتيح له فرصة الابتعاد عن المرأة.

ويتطور عند هذا النوع من الرجال جانب الأنوثة ويكون ذلك التطور على حساب الجانب الرجولي، والرجل من هذا الصنف يكون حساساً جداً ويحاول دائماً إسعاد المرأة ويكون كثير التودد إليها ويحاول أن يكون دائماً مع المرأة ولا يود فراقها، وفي هذه الأثناء فإنه يفقد بعضاً من شعوره بالرجولة. تودده هذا وملازمته للمرأة يولدان عند هذا الرجل فقدان الرغبة وشعور القوة وكذلك فقدان شعور الحب، وبالتالي ينقلب هذا الرجل إلى أنسان كسول خامل ومعتمد على الآخرين وهكذا يتحطم ذلك الحب وتنقلب الحياة إلى حالة لا تطاق.

وغالباً ما نرى هذا الرجل يخاف الوحدة أو الدخول إلى صومعته، وخوفه من الدخول إلى صومعته يكون ناتجاً من خوفه أن يفقد ذلك الحب فهو الذي شاهد أمه في صغره وهي ترفض أباه بعد أن كان يعود إليها من صومعته.

بعض الرجال لا يعرفون كيفية الانسحاب والابتعاد، وهناك رجال آخرون لا يعرفون كيفية العودة من ذلك الانسحاب. الرجال الذين يوصفون بالجرأة يكون الانسحاب عندهم أمراً بسيطاً ولا يحتاج إلى أي جهد أو إعذار أو حيرة. أما المشكلة عند هذا النوع من الرجال هي كيفية العودة؟ فالرجل في داخله يشعر

بأنه لا يستحق الحب ولذلك فإنه يخشى التقرب من المرأة والاهتمام بها.

وعلى هذا الرجل أن يعلم بأن المرأة تكون سعيدة جداً عندما ترى تقرب زوجها إليها ومحاولته للإهتمام بها، فالنصيحة لهذا الرجل هي عدم الخوف من التقرب إلى المرأة.

كلا النوعين من الرجال، الحساس جداً والجريء يفتقدان في الحقيقة إلى الرؤيا الواضحة والتجربة لما نسميه بدورة المودة الطبيعية.

تعتبر معرفة دورة المودة عند الرجل مهمة جداً سواء بالنسبة للرجل أو المرأة، يشعر بعض الرجال في حالة انسحابهم وتركهم النساء بالذنب أو الارتباك، وقد يشعرون ـ بطريق الخطأ ـ إن هناك خلل في تصرفاتهم وإنهم غير طبيعيون، أبداً فإن هذا الانسحاب والدخول إلى الصومعة هو تصرف طبيعي ناتج عن أمور طبيعية في تركيبة الرجل، هذه هي جبلته.

الرجل العاقل والمرأة العاقلة:

بصورة عامة لا يعلم الرجال مدى تأثير انسحابهم المفاجىء وصمتهم ومن ثم عودتهم إلى النساء. يتصورون أن النساء يعرفن أن ذلك الانسحاب هو طبيعياً وليس اختيارياً. وبعد أن عرفنا تأثير ذلك الانسحاب على النساء، يمكن للرجل العاقل أن يدرك أهمية الإصغاء للمرأة عندما تتكلم فهو يعلم رغبة المرأة في التأكد المستمر من حب الرجل لها واهتمامه بها يعلم تلك الرغبة ويحترمها.

الرجل العاقل وفي الحالات الطبيعية ـ عدم الانسحاب والابتعاد ـ يحاول أن يكون هو البادىء في الكلام الودي مع المرأة. وإن لم يكن الوقت مناسباً للكلام الودي فإنه من المستحسن أيضاً أن يكون الرجل هو البادىء في الكلام، أي نوع من الكلام حتى لو كان كلاماً عاماً وذلك لأن بدأ الرجل بالكلام يريح المرأة ويولد عندها شعور الحب والود والارتياح.

على الرجل العاقل وعندما يشعر بالرغبة والحاجة إلى الانطواء والانسحاب أن يؤكد للمرأة إنه لا يزال يحبها ويحترمها وإنه بحاجة إلى الوقت للاختلاء بنفسه

وإنه بعد ذلك لا بد وأن يعود إليها بأفضل مما كان عليه في السابق. وإن ذلك الانسحاب هو أمر طبيعي ولا داعي لقلقها. بعد انسحاب الرجل وانطوائه ودخوله صومعته، وبعد أن يمضي تلك الفترة ويعود إلى المرأة، هنا قد تحاول المرأة أن تستفسر عن ذلك الانسحاب وتحاول معرفة سببه. على الرجل العاقل أن يوضح للمرأة ويفهمها أن ذلك الانسحاب هو أمراً طبيعياً وإنه ليس من محض اختياره وهو الآن عائد إليها وبنفسية ممتازة وأنه على أتم الاستعداد لرعايتها والاهتمام بها.

وعلى المرأة العاقلة أن تعرف جيداً أن الرجل قليل الكلام داخل البيت وإن البدأ في الكلام يكون عادة من قبل المرأة.

وعلى المرأة أن تعرف كيف تختار الوقت المناسب للكلام ونوعية الكلام، ومن ثم تبدأ بالحديث وكذلك على المرأة العاقلة أن لا تحاول إجبار الرجل على الكلام، وإن إصغائه إليها دليل على حبه لها واهتمامه بها، وعدم إصرار المرأة على مشاركة الرجل في الحديث له أثر إيجابي بالغ على نفسية الرجل.

وهنا يمكن للمرأة أن تتكلم وتعبّر عن حبها ومشاعرها للرجل وسعادتها، وكل ذلك يكون بعيداً عن إلحاح المرأة وطلبها المشاركة من الرجل.

تتكلم المرأة العاقلة وتتوقع من الرجل وبصورة تلقائية وتدريجية المشاركة في الكلام ويبدأ هو بالتعبير عن عواطفه ومشاعره تجاهها.

والمرأة العاقلة لا تحاول معاقبة الرجل على صمته وانسحابه، ولا تحاول أن تلاحقه. تعلم المرأة تلك الحالة الطبيعية عند الرجل، وهي الابتعاد والانسحاب، وكذلك تعلم جيداً أن بعد زوال تلك الفترة فإن الرجل سيعود إليها وبنفسية أفضل بكثير من السابق، سيعود إليها وهو على أتم الاستعداد للإصغاء إليها والتحدث معها وتلبية طلباتها، تعلم المرأة إن تلك الظاهرة الطبيعية هي نعمة وليست نقمة.

والسؤال هنا هو: كم من النساء يعرفن هذه الحقيقة عن الرجال ويتصرفن من هذا المنطلق؟؟؟؟!!

الفصل السابع

حالات المرأة النفسية

تقلّبات المرأة العاطفية

في الفصل السابق ذكرنا أن للرجل تقلبات عاطفية، فتارة يكون الرجل في حالة عاطفية طبيعية وفجأة وبدون أي سبب ظاهري أو أية مقدمات نراه ينطوي على نفسه وينسحب عن المرأة التي يحبها وبعد ذلك يدخل إلى صومعته التي لا يحب أن يدخلها أحد آخر معه.

وبعد ذلك الانسحاب والانطواء رأيناه يخرج من تلك الحالة كما دخلها، دخلها بدون سبب ظاهري وخرج منها بنفس الأسلوب. وبعد خروجه يعود ثانية إلى المرأة وهو محمّل بأحلى العواطف ومستعد لإسعاد المرأة وتلبية جميع متطلباتها.

هل إن تلك التقلبات تصيب الرجل لوحده دون المرأة، أم أن للمرأة أيضاً نصيب فيها؟ الجواب هو إن الرجل ليس وحده في هذا المجال، فللمرأة أيضاً تقلبات عاطفية مثلما عند الرجل إلا أن الأسباب والأسلوب يختلف عند كليهما. ولنتعرف على ما عند المرأة من تقلبات وأسباب.

النساء كالأمواج:

أفضل تشبيه لحالة المرأة ولتقلباتها العاطفية هو موجة البحر. فالمرأة تشبه موجة البحر فعندما تشعر المرأة بأنها محبوبة ومرغوبة فإن روحها المعنوية ترتفع

ونرى على وجهها الفرحة والابتسامة العريضة الدائمة، وتكون حالتها النفسية في القمة. إلا أن الموجة بعد ذلك الارتفاع تنخفض، ويصاحب ذلك الانخفاض تدهور في حالة المرأة النفسية. تصل تلك الموجة إلى القمة وذلك عندما تكون المرأة سعيدة ومبتهجة، وبعد ذلك تتغير نفسيتها فتتحطم تلك الموجة وهذا التحطم يكون مؤقتاً إذ بعد أن تتحطم موجة البحر وتصل إلى القعر، نرى نفسية المرأة تبدأ بالتحسن وتعود الابتسامة على وجهها ثانية.

تبدأ الموجة وبصورة تلقائية بالارتفاع، وعندما ترتفع تلك الموجة تشعر المرأة آنذاك بوجود كمّ رهيب من الحب والعاطفة مخزون لديها وتودّ إعطائه لمن تحب. ولكن عندما تهوى الموجة وتنزل إلى الأسفل تشعر المرأة ذلك الوقت بفراغ داخلي، هذا الفراغ يحتاج من الرجل أن يملأه بالحب والعاطفة هذه المرحلة يطلق عليها «مرحلة التنظيف العاطفي عند المرأة».

عندما ترتفع الموجة تشعر المرأة بالسعادة وتبدأ بتقديم الحب بسخاء، وبعد ذلك بفترة من الزمن تهبط تلك الموجة ونتيجة لذلك الهبوط يتولّد عند المرأة شعور أشبه بتصفية حساب عاطفي، وتحاول التفتيش في داخلها عن وجود أي احتياج أو رغبة. في هذه الحالة تشعر المرأة بحاجة ورغبة شديدة للكلام عن المشاكل، تبدأ بشكاوى لا تنتهي وتبحث عن مستمع لها يفهم ويقدّر ما تقول وما تشتكي منه.

في إحدى الدراسات حول هذا الموضوع ذكرت واحدة من السيدات إن عملية الهبوط عند النساء تكون أشبه بالوقوع في «بئر مظلم». وعندما تقع المرأة في ذلك البئر المظلم فإنها تغرق في اللاوعي وتكون أفكارها مشتتة وقد تحس المرأة وقتها بشعور عاطفي غامض وغير واضح بالنسبة لها. قد تشعر باليأس والوحدة وعدم وجود أية مساندة، وعند ذلك تسوء حالتها النفسية بصورة كبيرة. ولكن في حالة وصولها إلى قعر البئر وشعورها إن هناك من يقف إلى جانبها ويساندها، عندها وبصورة أوتوماتيكية وسريعة تتحسن حالتها وتبدأ من جديد

بالشعور بالنشوة والسعادة وتكون وقتها مصدراً للسعادة لمن حولها.

يعتمد استعداد المرأة على إعطاء واستقبال الحب والعاطفة على حسب شعورها بنفسها، وبمعنى آخر فإنه يعتمد على تقييمها لنفسها، فعندما يكون تقييم المرأة لنفسها تقييماً سلبياً فإنها في تلك الحالة غير مستعدة لإعطاء أو استقبال الحب والعواطف، ففي هذه الحالة تشعر المرأة بأنها مغلوب على أمرها وتكون في حالة نفسية مزرية. وكل ما تحتاج إليه هو الشعور بالعاطفة والحنان من قبل الرجل.

وهنا فإنه من المهم جداً بالنسبة للرجل أن يعلم هذه النقطة جيداً، عليه أن يعلم أن حالة المرأة هذه تستدعي منه أن يكون في غاية اللطافة معها وأن يحسن معاملتها ويشعرها بذلك الحب وتلك العاطفة التي تتمناها وتطلبها منه. إنها زوجته وهي بأمس الحاجة إلى ذلك الشعور. وعلى الرجل أن يعلم أيضاً إن شعور المرأة بالسعادة معناه سعادة من حولها، وشعورها بالكآبة والتعاسة معناه قلة الراحة لمن حولها.

ردة فعل الرجل تجاه الموجة:

عندما يقع الرجل في غرام المرأة عندها يغمره شعور الحب والعاطفة ويعيش في حالة نعيم وسعادة وتزهو الدنيا أمامه وتتفتح الزهور أمام ناظريه، وتبدو تلك المرأة في نظره وكأنها مصدر إشعاع وحب دائم.

في ذلك الوقت وبكل سذاجة يتصور الرجل إن ذلك الحب والشعور العظيم والسعادة التي يعيشها هي حالة دائمة ولا يمكن لها أن تزول أو أن تتأثر! إلا أن الحقيقة هي غير ذلك، فديمومة الحال من المحال إنه أمر مستحيل البقاء على ما هو عليه، واستحالته كاستحالة بقاء الجو على حالة واحدة وعدم تغيره، إذ إن ذلك مستحيل فلا بد للجو أن يتغير ولا بد من حدوث وتتابع الفصول الأربعة وكل ذلك التغير يكون مصحوباً بتغير في درجات الحرارة.

واستحالته كاستحالة بقاء الشمس مشرقة ومشعة، فلا بد للشمس أن تغيب

في المساء وأن تعود إلى الشروق صباح اليوم التالي، وأيضاً فإن هناك أياماً تكون فيها السماء صافية يمكن أن نرى الشمس وهناك أياماً تكثر فيها الغيوم والتي تحجب عنا الشمس وشعاعها.

ومثلما تحدث تلك التغيرات الطبيعية بالنسبة لما حولنا وتتقلب من حال إلى آخر، فالأمر كذلك بالنسبة للعلاقة بين الرجل والمرأة لها تقلباتها ودوراتها، فالرجال ينكمشون وينطوون على أنفسهم وينسحبون عن النساء ويتوقفون عن الكلام ويفضلون العزلة، وبعد ذلك وفجأة يعودون إلى نسائهم وهم في حالة نفسية أفضل بكثير مما كانوا عليه في السابق.

وكذلك النساء فنراهن في حالة نفسية ممتازة ومعنوية عالية وعلى أتم الاستعداد لتقديم الحب واستلامه، وبعد ذلك نراهن في حالة نفسية سيئة ومعنوية متدهورة وليست لديهن القابلية والرغبة على التعامل مع الحب وشعور العواطف.

والسؤال هنا هو: هل يشعر الرجل بأية مسؤولية تجاه تلك التغييرات التي تحصل عند المرأة؟، وبمعنى آخر: هل يشعر الرجل بأية مسؤولية حول سعادة وتعاسة المرأة؟ هل يلوم نفسه عندما تكون المرأة تعيسة؟ وهل يشعر بالفخر والاعتزاز بنفسه عندما تكون المرأة سعيدة؟.

الجواب وبكل تأكيد هو: نعم، فالرجل يتصور أنه هو المسؤول عن التغير المفاجىء الذي يحصل عند المرأة ويؤثر على حالتها النفسية. فعندما تكون المرأة سعيدة يعتقد الرجل أن تلك السعادة هي نتيجة لمعاملته الطيبة وحسن تصرفه مع زوجته وهو بلا شك سائر في الطريق الصحيح وعندما تكون المرأة تعيسة وفي حالة نفسية متعبة يعتقد الرجل وقتها إن تلك التعاسة والحالة النفسية المزرية هي نتيجة تصرفاته والسلوك السلبي الذي يتبعه في معاملته، وبعدها يبدأ الرجل محاولاته الجاهدة إلى معرفة السبب في تلك التعاسة التي تمر بها المرأة ومن ثم التخلص من ذلك السبب وإعادة الفرحة إلى المرأة. وقد تصل الأمور

بالرجل إلى بذل كل جهوده إلى درجة إنه يصر على معرفة السبب، وقد يسبب هذا الإصرار الضجر والملل عند المرأة ويسبب مشكلة. في كلا الحالتين، سعادة المرأة وتعاستها، يشعر الرجل بأنه المسؤول عن ذلك.

تكون المرأة سعيدة وبنفسية وروح معنوية عالية وهنا يشعر الرجل بالفرحة لذلك وبعد دقائق وبدون أي سبب ظاهري ملموس تنقلب نفسيتها وتتغير روحها المعنوية وتحل على وجهها ظاهرة العبوس والاشمئزاز، وهنا يشعر الرجل بصدمة وحيرة واضطراب. ما الذي حصل؟؟ ما سبب كل ذلك التغير المفاجىء؟! وهنا يحاول الرجل أن يستعرض الأحداث في مخيلته ليتعرف على السبب هل إن هذا التغير المفاجىء كان بسببه؟! هل قام بعمل ما أزعج المرأة وسبّب لها كل ذلك؟! هل قال شيئاً لم تود المرأة سماعه وكان السبب في ذلك التغير؟! يبدأ الرجل بمحاولاته تلك إلى أن يصل إلى درجة الملل والاستسلام.

لا تحاول الإصلاح:

لنلق نظرة على ما حصل بين الزوج خالد وبين زوجته ياسمين. فقد تعرّف خالد على ياسمين وقررا الزواج وعاشا معاً لمدة ثلاث سنوات.

أثناء السنوات الثلاث تلك كان خالد يلاحظ ومن فترة لأخرى حالة «الموجة» عند زوجته ياسمين والتغيرات التي تحصل في نفسيتها وتصرفاتها.

أثناء تلك الفترات كان خالد يحاول أن يعرف السبب الحقيقي الذي يسبب ذلك الغم والهم لزوجته، ظن في البداية إنه هو السبب وإن ما يحصل لزوجته كان إما لعمل أهوج قام هو به وأغضب زوجته وكدّر خاطرها، أو إنه قال شيئاً لم يعجبها. كان دائم المحاولة لمعرفة السبب وذلك كي لا يتكرر ولا يدفع الزوجة إلى المرور بتلك الحالة النفسية.

كان أحياناً يلقي اللوم على نفسه ويظن أن ما فعله قبل قليل لم يعجب زوجته أو ما قاله كان السبب في ذلك، وكان غالباً ما يحاول عدم تكرار ذلك في المستقبل.

ولكنه وبالرغم من كل التعديلات التي أجراها في حياته فإنه لم يلاحظ أي تغيير على حالة زوجته.

وكان خالد ـ ومن منطلق جهله بحقيقة الموجة عند المرأة ـ كلما رأى زوجته ياسمين بتلك الحالة التعيسة يحاول «إصلاح الموقف» أملاً منه في إعادة البهجة والسرور إلى زوجته التي يحبها ويخاف عليها ويسهر على راحتها فكان كلما تغيرت نفسية ياسمين ومرت بتلك الحالة يبادر ومن منطلق حبه إلى محاولة تهدأتها وتطييب خاطرها والتأكيد لها بأن كل شيء على خير ما يرام وليس هناك ما يدعو إلى قلقها أو تعاستها.

إلا إن ذلك الجهد ومحاولة الإصلاح كان دائماً ما يؤدي إلى زيادة التعاسة وسوء الحالة النفسية عند ياسمين وبالتالي إلى نتيجة عكسية، نتيجة لم يكن يرغب فيها أو يتوقعها. فبالرغم من كل ذلك إلا أنها لا زالت ومن فترة لأخرى تمر بنفس الحالة!! وبالتالي وصل خالد إلى نتيجة خلاصتها أن زوجته مريضة نفسياً «معقدة» وأن ليس هناك فائدة من محاولاته.

محاولات خالد هذه كانت دائماً تزيد من تعاسة ياسمين وتسبب لها الضجر وكانت تجعلها تشعر بأن زوجها خالد لا يفهمها ولا يفهم حقيقة شعورها.

لا شك أن خالد كان وبكل حسن نية يحاول دائماً «الإصلاح» ومساعدة زوجته ياسمين على التخلص من الأسباب التي أدّت إلى تعاستها وإعادتها إلى حالتها النفسية الطبيعية. لكن الحقيقة هي أن خالد وبمحاولاته المستمرة كان يضرّ زوجته ياسمين ضرراً بليغاً إذ إنه كان يمنعها من ذلك الخروج، خروجها من حالتها النفسية المزرية. نعم كان يسد عليها طريق العودة.

عندما تكون المرأة في ذلك البئر فعلى الرجل أن يعلم جيداً إن أهم ما تحتاجه المرأة في تلك اللحظة هو وقوفه إلى جانبها والاستمرار في تقديم حبه وعطائه ومساندته لها بدون أية قيود أو شروط، نعم عليه أن يكون كريماً في حبه وعطائه معها.

وكذلك على الرجل ن يفهم إنه ليس هناك أي سبب خارجي أدى إلى التأثير على حالة المرأة النفسية، وإن ليس هناك أية مشكلة لعبت دوراً في ذلك التغيير، وبحله للمشكلة هذه فإن حالة المرأة النفسية ستتغير إلى الأفضل وبالتالي فإن الأمور ستعود إلى مجاريها الطبيعية.

ذكر خالد: (أنا لا أستطيع أن أفهم زوجتي ياسمين، فهي تكون ولعدة أسابيع في حالة نفسية ممتازة وروح معنوية عالية، تكون سعيدة وتسعد كل من حولها، ابتسامتها لا تكاد تختفي من على وجهها، عطاءها للحب لا ينضب ولا حدود له، متفهمة لكل ما حولها، تكون في قمة العذوبة لدرجة إني أحمد الله تعالى على الزواج منها، كيف لا وإني أشعر بأني أكثر الناس حظاً وأخشى أن يصيبنا أحد بالعين). إلا أنه فجأة وبدون أية مقدمات أو أسباب تنقلب زوجتي وتذهب إلى الجانب الآخر، تتغير (١٨٠) درجة. تبدأ نفسيتها بالتغير وتنحدر إلى الأسفل ويتغير مزاجها وتصبح عصبية ولا تتحمل أي شيء، كل شيء يثير أعصابها ويدفعها بعض الأحيان إلى احتجاجها ورفع صوتها. وتبدأ بالتشكي من كل الأشياء وكل الأمور التي كانت طبيعية بالنسبة لها، وحتى لو أن كل شيء كان هادئاً وكل الأمور في البيت تسير على ما يرام، إلا إنها لا تشعر بالراحة وتحاول إيجاد ما يمكن لها أن تشتكي منه، ولا تتوقف عن الشكوى.

إنها بالتأكيد ليست غلطتي، نعم لم تكن غلطتي، ومع كل ذلك فقد كنت دائماً أحاول أن أوضح لها بأني لم أرتكب أي خطأ يمكن أن يجعلها تتضجر وتصل إلى تلك الحالة النفسية، كنت دائماً أحاول أن أساعدها على التخلص من ذلك الشعور والعودة إلى الحالة الطبيعية نعم كنت أقوم دائماً بذلك، كيف لا وإنها زوجتي وحبيبتي وما يؤلمها يؤلمني. ولكن للأسف فإن النتائج كانت دائماً عكسية!! كانت تزداد ضجراً واستياء وتزيد عندها حالة التشكي، وغالباً ما ينتهي بنا المطاف إلى إضافة مشكلة جديدة إلى قائمة شكاويها).

خالد وكبقية الرجال لم يكن يعلم إن محاولاته المستمرة للتعرف على

سبب ذلك التغير وإصراره على ذلك من أجل «إصلاح الموقف» وحل المشكلة، لم يكن يعلم إنه كان يسير تماماً بالاتجاه الخاطىء، نعم كان يسير في الاتجاه المعاكس وكان بتصرفه هذا يقف حاجزاً ومانعاً لتلك الموجة عند المرأة من الانخفاض والوصول إلى القعر، تلك الموجة والتي لا بد لها من النزول والوصول إلى القعر. فلكي ترتفع الموجة ثانية فلا بد لها من الوصول إلى القعر أولاً. كان خالد يحاول ـ حسب اعتقاده ـ إنقاذ زوجته ياسمين مما كانت عليه ولذلك كان يكثّف من جهوده لمساعدتها، إلا أنه في الحقيقة كان يضر زوجته ولا يساعدها كان خالد وبكل حسن نية يمنع تلك الموجة من الهبوط، كيف يمكن للموجة أن ترتفع قبل أن تصل إلى القعر؟؟ عندما كانت الزوجة ياسمين في طريقها للنزول إلى الأسفل، كان وبدلاً من الإصغاء إليها ولشكاويها وإشعارها بحبه ومساندته لها والوقوف إلى جانبها، كان يحاول مساعدتها وذلك عن طريق إقناعها بأن الأمور طبيعية وكل شيء على ما يرام ولا داعي لقلقها ويتوقع منها أن تنتقل من تلك الحالة النفسية وتخرج منها وتعود إلى حالتها الطبيعية.

هذا الأسلوب هو أسلوب خاطىء، فآخر ما تريد المرأة سماعه وهي في تلك الحالة هو بالضبط ما كان خالد يردده ويقوله ويقوم به، كل ما تريده المرأة وهي في طريقها للنزول إلى القاع هو وجود شخصاً آخراً واقفاً إلى جانبها، يستمع لها ولشكاويها ويتفهم حقيقة مشاعرها، هذا كل ما تريده المرأة في ذلك الوقت.

وهنا على الرجل العاقل أن يقدّم للمرأة ما تريد وما ترغب، يبتعد عن الاهتمام بها على طريقته المعهودة، نعم إنها تمر بمرحلة خاصة، إن سبب كآبتها وحالتها النفسية المتدهورة ليس وجود مشكلة أو تصرف خاطىء من قبل الزوج أو أي شخص آخر، إنها حالة طبيعية تحصل لكل النساء في العالم ولأجل ذلك فإن على الرجل وبدلاً من كل ذلك أن يقدم للمرأة الحب والعاطفة والرعاية والاهتمام والصبر والتفهم لشكواها، على الرجل أن يقوم بذلك حتى لو أنه لم يجد فيما في اعتقاده سبباً لذلك التغيير في مشاعرها وتصرفاتها.

حيرة الرجل:

بعد أن تعرّف خالد على حقيقة «الدورة في الشعور» عند النساء، أي دورة النزول إلى الأسفل والوصول إلى القعر ومن ثم الارتفاع، حاول تطبيق ذلك مع زوجته ياسمين وصمم على النجاح في مهمته، كيف لا وإنها تعتبر مهمة جداً بالنسبة لكل منهما.

بدأ خالد بمراقبة حالة زوجته النفسية، وذات يوم وبدون أي سبب لاحظ عليها بعض التغيير وبدأت عليها بوادر الانزعاج والاستياء ونفاذ الصبر والشكوى. أيقن خالد وقتها أن زوجته قد بدأت بالنزول إلى ذلك البئر. وهنا حاول خالد أن يتصرف كما يجب وطبقاً للنصائح والإرشادات حاول أن يكون مستمعاً جيداً، فبدأ بالاستماع إليها ولشكاويها ولكل ما كانت تقول وأبدى شعور التفهم والمواساة والحب والرعاية والعاطفة وابتعد كل البعد عن «الإصلاح»، ذلك الإصلاح الذي غالباً ما يكون (محاولة التعرف على السبب أو محاولة تهدأة المرأة).

كان تصرف خالد تصرفاً سليماً وفي منتهى الحكمة والعقل، إلا أن النتيجة كانت بالنسبة له صدمة وكارثة، كانت النتيجة بالنسبة له وحسب تفكيره فشل ذريع غير متوقع أبداً!.

ما كان خالد يتوقعه بعد بذله كل الجهود هو خروج ياسمين من البئر وعودتها إلى السطح، كان يتوقع أن تتغير حالتها النفسية وتتحسن وبعد ذلك تعود إلى حالتها الطبيعية، كان يتوقع في ذلك الوقت اختفاء تلك التكشيرة وعودة الابتسامة الجميلة على وجه زوجته ياسمين، توقع أن يرى زوجته وهي تحاوره وتداعبه مثلما كانت تفعل دائماً.

ولكن وبدلاً من كل ذلك شاهد تدهوراً في حالة زوجته النفسية، وبعد حوالي عشرين دقيقة نفذ صبره وتملكه شعور الغضب وقرر التوقف عما كان يفعله، أيقن إنه فشل في المهمة. ذكر خالد إنه وبعد ذلك الجهد الجبار الذي

بذله مع زوجته، لاحظ وأثناء استماعه لزوجته ولشكاويها لاحظ زيادة في شكاوى ياسمين إذ أنها أخذت الحرية الكاملة في التعبير عن تلك الشكاوى وبدأت تتكلم بدون توقف، أصبحت حالتها (أسوأ مما كانت عليه قبل بدئه الاستماع). لاحظ إنه كلما أطال استماعه لزوجته ولشكاويها، أكثرت هي من التذمر وقامت بذكر المزيد من الشكاوى، زادت عندها الرغبة في التشكي!! وهنا نفذ صبره وحاول إفهام زوجته عدم الحاجة إلى التشكي إذ ما تشتكي منه غير حقيقي وإن الأمور في البيت طبيعية. ولا شك إن هناك شيء غير طبيعي في البيت إنه زوجته وحالتها النفسية التي لا تطاق، وطبعاً شبّ لهيب النار بينهما وتولدت مشكلة جديدة.

الحقيقة إن خالد وبالرغم من أنه أصبح مستمعاً وحاول الإصغاء إلى زوجته وإلى شكاويها إلا أنه حاول أيضاً «الإصلاح»، ذلك الإصلاح الذي لا تحتاج إليه المرأة أبداً. يا خالد ليست هناك أية مشكلة وليس هناك أي شيء يمكن لك أن تصلحه، نعم ليس هناك أي خلل لا شك أن خالد قد تعرّف على حقيقة الدورة في الشعور عند النساء وفهمها، ءلا أن فهمه لم يكن كافياً، فهم خالد حقيقة تلك الدورة وكيفية حصولها وكذلك تعلم كيفية التعامل معها وذلك بالابتعاد عن الإصلاح والاكتفاء بالاستماع وتقديم المزيد من الحب والرعاية إلا أن ما لم يتعلمه هو كيفية هبوط المرأة إلى الأسفل والفترة التي تستغرقها في ذلك الهبوط. توقع خالد وبعد أن طبّق مبدأ الاستماع والمواساة والابتعاد عن الإصلاح أن تعود زوجته إلى حالتها الطبيعية بصورة سريعة!.

ما لم يعلمه خالد هو أن المرأة وعند نزولها إلى ذلك البئر، فأنه ليس من الضروري عودتها السريعة إلى الأعلى حتى في حالة وجود من يستمع إليها ويلّفها بالحنان والحب والرعاية. ما لم يعلمه خالد أن ذلك التصرف من قبل الرجل قد يزيد حالة شعور المرأة بالتعاسة ويجعلها تكثر من الشكاوي، وللعجب فإن ذلك دليل على نجاح الرجل بمهمته!! نعم، فقد نجح الرجل في مسعاه وساعد المرأة كثيراً!!.

عندما نقول إن ذلك دليل على نجاح الرجل في مهمته فإن التعليل العلمي لذلك هو إن الرجل نجح في إيصال زوجته إلى قعر البئر ـ والذي كانت متجهة إليه وكان لا بد من وصولها هناك ـ بصورة أسرع مما لو كانت لوحدها وعدم وجود شخص بجانبها إنه اختصر الفترة الزمنية لتلك المرحلة في دورة الشعور العاطفي عند المرأة، وبعد الوصول إلى القعر فما يتلوا ذلك هو صعودها ثانيةً إلى الأعلى، النقطة المهمة هي لا بد من وصول الموجة إلى القعر كي تتمكن بعد ذلك من الارتفاع، هذه هي حقيقة ثابتة بالنسبة للدورة.

كان خالد محتاراً عندما لاحظ أن استماعه لزوجته ولشكاويها وجهوده التي بذلها في ذلك الوقت ذهب أدراج الرياح ولم تثمر، لاحظ أثناء ذلك زوجته وهي متجهة إلى الأسفل بدلاً من الأعلى. حالتها النفسية كانت تزداد سوءاً بدلاً من التحسن المنشود، شكاويها أصبحت أكثر بكثير من السابق، اعتقد أن أسلوبه كان خاطئاً وأن زوجته ياسمين كانت تستغل تلك الفرصة وتحاول أن تزيد من شكاويها وذلك لسبب ما، سبب تحاول من ورائه تحقيق غرض ما في داخلها.

لكي نجلي تلك الحيرة، فعلى الرجل أن يتذكر إن مساندته قد تكون السبب الرئيسي في سرعة نزول زوجته إلى قعر البئر والذي كما ذكرنا إنها لا بد وأن تصله. فوجوب الوصول إلى القاع أمر مسلّم به وليس فيه أي نقاش ولا يمكن لأي عبقري على الأرض أن يغيره. وعليه فإن مساندته لزوجته كانت عملاً ناجحاً ومهماً جداً بالنسبة للإثنين، كيف لا وإنه قصّر المسافة واختصر وقت المعاناة والشكاوى.

وكما نعلم فإن بعد وصول المرأة إلى قعر البئر فإنها لا بد وأن ترتفع إلى الأعلى وتعود إلى السطح، وبناء على ذلك فإن مساندة الرجل تكون ناجحة بالرغم من ظهور بوادر زيادة في الشكوى والتذمر عند المرأة، هذه الزيادة معناها الحقيقي هو زيادة سرعة نزول المرأة للأسفل واختصار الفترة الزمنية المطلوبة

لذلك النزول، ولنتذكر ثانية إنه لا خروج من ذلك البئر المظلم ما لم تصل المرأة إلى قعره.

كل ما يحتاج إليه الرجل عندما يحاول مساندة المرأة ومساعدتها على الخروج من ذلك البئر هو الصبر وعدم الجزع السريع، نعم الصبر الذي لم يتعود عليه الرجل في السابق.

وهناك شيئاً آخر نود أن نذكره في هذا الصدد، نود أن نذكر إن سرعة نزول المرأة إلى ذلك البئر ومدة مكوثها فيه تختلف من حالة لأخرى، ومن الخطأ أن نظن أن الوقت الذي تستغرقه المرأة في كل حالة تحصل لها هو نفس الوقت، نعم قد يختلف الوقت من حالة لأخرى وقد يطول أو يقصر.

ما يحصل بعد خروج المرأة:

عندما تنزل الموجة عند المرأة إلى الأسفل وترتطم بالقعر ومن ثم تعود إلى السطح، عندها تعود المرأة إلى طبيعتها الأساسية وإلى شعورها بالحب والمشاركة.

وبما إن الرجل لا علم له بحقيقة نزول الموجة الطبيعي عند المرأة، لذلك فإنه يبقى محتاراً للتغير النفسي الذي يحصل عند المرأة، ولذلك يحاول جاهداً في التعرف على السبب ومساعدتها وإعادتها إلى حالتها الطبيعية، وكما عرفنا فإن جهوده هذه لن تفلح ولن توصل إلى أية نتيجة. وحيرة الرجل تزداد أكثر وأكثر عندما تخرج المرأة من ذلك البئر من تلقاء نفسها وتعود إلى وضعها الطبيعي ويبدو عليها الفرحة والنشاط واستعدادها لتقديم الحب واستقباله، هنا فعلاً يحتار الرجل ويحاول أن يجد سبباً في مخيلته.

لا يعلم إن نزولها للبئر كان طبيعياً ولا يعلم إن التغير الذي حصل في نفسيتها كان أيضاً طبيعياً. وخروجها وتغيّر حالتها النفسية ثانيةً كانا أيضاً طبيعيان. ولجهله بكل ذلك فما يظنه الرجل إن المرأة تبدلت نفسيتها وظهرت عليها علامات الانزعاج وساءت حالتها النفسية ـ نزولها للبئر ـ كان حتماً بسبب

مشكلة ما لم تود أن تناقشها معه. والظاهر إن تلك المشكلة قد زالت ولذلك عادت المرأة إلى حالتها الطبيعية.

وبالتأكيد فإن اعتقاد الرجل هذا خاطىء تماماً ولا صحة له، إنه مجرد خيال الرجل لا أكثر ولا أقل وعندما تعود المرأة ثانيةً للنزول إلى ذلك البئر، فما يتصوره الرجل إن السبب الذي أزعجها وعكر عليها مزاجها وغيّر حالتها النفسية في المرة الأولى قد عاد ثانيةً.

مشكلة حصلت سببت كل هذه التقلبات في حالة المرأة النفسية وبعد ذلك زالت المشكلة وعادت المرأة إلى حالتها الطبيعية، وها هي المشكلة تعود ثانيةً وها هي المرأة تنزعج ثانيةً؟ هذا هو ما يتصوره الرجل المسكين!.

بدون المعرفة الحقيقية لطبيعة المرأة فإنه يصعب على الرجل فهم الحقيقة، وبجهله للحقيقة فإنه لا يتمكن من تقديم ما يجب عليه تقديمه للمرأة ومساندتها وتقديم الحب والعاطفة لها، بل ما قد يحصل هو العكس، فعندما يرى الرجل هذه التقلبات في حالة المرأة النفسية والتي لا يجد لها أي سبب مبرر ـ حسب اعتقاده طبعاً ـ فإنه وقتها يتذمر ويبدأ بالتأفأف وقد يفقد أعصابه ويتفوه بكلام يؤذي شعور المرأة، وهذا ما يزيد المشاكل بينهما. فقد يقول الرجل:

- كم مرة يجب علينا أن نمر بمثل هذه المعاناة؟
- هل كتب عليَّ العيش في مثل هذا الجو الغير طبيعي؟ إنها جحيم.
- لقد سمعت مثل هذا (قصده الشكاوي) من قبل.
- لقد اعتقدت إننا انتهينا من هذا الموّال القديم.
- متى ستتوقفين عن ذكر كل هذه المشاكل؟
- لا أريد أن أتعامل مع ذلك ثانيةً.
- هذا جنون فإننا نتكلم في نفس المشكلة؟ إنك تعيدين وتسقلين، هل أصابك الجنون؟

- لم عندك كل هذه المشاكل؟ ما مصيبتك؟
- إسمعيني جيداً، لا أريد أن أعيش حياة جحيم في الخارج وحياة جحيم في البيت! يكفيني هموم العمل ومشاكله!.
- هل تريدين أن أترك المنزل وأذهب إلى الخارج؟
- الظاهر إنه لا فائدة من كل ذلك وأنا خارج.
- عندما تنتهين من التشكي ابعثي لي من يخبرني ذلك. أنا ذاهب إلى المقهى كي أرتاح منك ومن شكاويك التي لا تنتهي.

علامات تدل على نزول المرأة إلى البئر:

قبل نزول المرأة إلى البئر تكون في حالة طبيعية وتتعامل مع من حولها بنفس الأسلوب الذي تتبعه كل يوم، تستمر الحالة الطبيعية هذه إلى أن يحين موعد نزولها إلى ذلك البئر المظلم. وهنا تبدأ عليها التغيرات، تتدهور حالتها النفسية وتستاء وتصبح حساسة جداً وتكثر من الشكوى. على الرجل أن يدرك في هذا الوقت إن المرأة في طريقها إلى النزول وعليه أن يساندها ويقف إلى جانبها.

ويمكن للرجل الحاذق أن يتعرف على حالة المرأة النفسية من خلال كلامها. ولتقريب وتوضيح ذلك ندرج أدناه بعض ما قد تقوله المرأة أثناء غضبها وشكواها، والحالة النفسية للمرأة أثناء قولها لذلك الكلام:

ما تقوله المرأة:	**حالتها النفسية**
١ ـ لا ينتهي العمل، فدائماً هناك أعمال عليّ أن أقوم بها.	١ ـ مقهرة
٢ ـ أحتاج أكثر إلى...	٢ ـ لا تشعر بالأمان
٣ ـ أنا التي تقوم بجميع الأعمال.	٣ ـ متضايقة
٤ ـ ولكن ماذا عن....	٤ ـ قلقة
٥ ـ أنا لا أفهم السبب لماذا...	٥ ـ محتارة

٦ ـ أنا لا أستطيع القيام بأي عمل آخر	٦ ـ مرهقة
٧ ـ لا أدري ما العمل	٧ ـ يائسة
٨ ـ أنا لا أهتم. إفعل ما تشاء.	٨ ـ غير عابئة
٩ ـ عليك أن. . . .	٩ ـ مطالبة
١٠ ـ أنا لا أريد أن. . .	١٠ ـ مبتعدة
١١ ـ ما تقصد بقولك. . .	١١ ـ عديمة الثقة
١٢ ـ طيب هل قمت بـ. . .	١٢ ـ مسيطرة
١٣ ـ كيف تنسى. . .	١٣ ـ عدم الموافقة

في مثل هذه المواقف فكلما شعرت المرأة بمساندة الرجل أكثر فأكثر عندها تبدأ المرأة بالوثوق به وبالعلاقة التي تربطهما ببعض أكثر من السابق وعندها ستشعر بحرية وأمان أكثر في النزول إلى البئر والخروج منه. تشعر إنه يمكنها أن تنزل وتخرج وبدون حدوث أية مشاكل أو كفاح في علاقتها بالرجل أو في حياتها.

هذه إحدى نِعم العلاقة المبنية على الحب والاحترام والتفاهم.

وكذلك فعندما تكون المرأة في ذلك النزول إلى البئر وأثناء مكوثها فيه، وترى تفهّم الرجل لما تمر به وترى اهتمامه بها وحبه ومساندته لها، فإنها لن تنسى هذا الصنيع للرجل وسيزداد حبها له.

وإضافة إلى ذلك فإن موقف الرجل المتفهم هذا يساعدها على التخلص من عقد الماضي في حياتها، سواء في مرحلة الطفولة أو في سن الشباب.

وأخيراً، وبعد أن تتأكد المرأة من حب ومساندة الرجل وتفهمه لتلك الحالة الطبيعية التي تحصل لها من فترة وأخرى، فإنها وعند نزولها إلى ذلك البئر في المستقبل ستكون بحالة نفسية أفضل مما لو لم يتفهم الرجل موقفها وحالتها سيخف عندها شعور التعاسة والضجر وذكر المشاكل. سيخف كل ذلك

إلى درجة يكاد يكون معدوماً أو إنه سوف لن يؤثر على مظهر المرأة وتصرفاتها العامة، ستتخلص هي من ذلك الشعور المقرف، وسيرتاح جميع من حولها، راحة للجميع.

الاحتياج المتكرر عند المرأة:

في إحدى الندوات العلمية، ذكر أحد المشاركين ـ ولنطلق عليه اسم محمود ـ إنه عندما التقى بالفتاة ـ ولنطلق عليها اسم عالية ـ أعجب بها وبتصرفاتها، وبعد فترة قررا الزواج؛ وفعلاً تم الزواج وعاشا معاً.

كانت عالية في البداية تتمتع بنفسية ممتازة وروح معنوية عالية، كانت مرحة ونشيطة وذكية وكانت مصدر إشعاع حب لمن حولها، إلا أنه وبعد فترة ظهرت عليها علامات تختلف تماماً عما كانت عليه في السابق، فجأة بدأت عليها علامات القلق وعدم الاطمئنان! والحقيقة فإنه لم يكن هناك أي داع لكل لكل ذلك، فكل الأمور كانت على خير ما يرام.

وبعد ذلك الشعور الغريب الذي انتابها أصبحت مطالبها واحتياجاتها أكثر مما تتصور!؟.

في البداية حاول محمود مساعدة زوجته عالية وذلك عن طريق التعبير لها عن مدى حبه لها ومدى أهميتها في حياته.

وبعد أن أكد محمود لزوجته شعوره هذا، لاحظ أن زوجته هدأت وارتاحت وعادت إلى حالتها الطبيعية. واستمر الحال على هذا الشكل لمدة تقارب الشهر وبعد ذلك لاحظ محمود تكرار نفس الشيء ثانيةً. لاحظ التدهور المفاجيء في حالة زوجته النفسية وبدأت مرة ثانية تشعر بالقلق وعدم الاطمئنان وأيضاً كثرت مطالبها؟! كانت وكأنها لم تسمع ما قاله محمود في المرة السابقة أو إنها لم تفهم منه أي شيء.

وعندما لاحظ محمود تدهور حالة زوجته النفسية للمرة الثانية وبدون أي سبب، استاء لذلك وغضب ومن ثم حصلت بينهما مشكلة كبيرة.

وبعد أن انتهى محمود من ذكر هذه الحادثة، لاحظ أن عدداً كبيراً من الحاضرين من الرجال بدؤا بذكر حوادث مشابهة مروا بها مع زوجاتهم.

الحقيقة هي إنه عندما التقى محمود بالفتاة عالية، كانت الموجة عند عالية في تلك الفترة في حالة صعود إلى الأعلى، ولذلك كانت تبدو عليها علامات الفرح والسعادة والحالة النفسية الممتازة. واستمرت كذلك إلى ما بعد الزواج. وبعد أن وصلت الموجة إلى ذروتها كان لا بد وأن تعود للهبوط مرة ثانية، ولذلك بدأت عالية تشعر بالقلق وعدم الارتياح وتعبت حالتها النفسية وكثرت مطالبها، هذه المرحلة كانت بداية نزول الموجة عند عالية.

هنا لم يفهم الزوج محمود سر التغيير المفاجيء في حالة عالية النفسية، ولكن بعد أن تكلم معها وأكد لها حبه وأهميتها في حياته، شعرت عالية بإرتياح كبير وهدأت نفسيتها وبدأت بالخروج من ذلك البئر والارتفاع للأعلى. وهنا شعر محمود ـ والذي لم يعلم سر ذلك التغيير المفاجيء ـ بأنه قد حل المشكلـة.

ولكن ما حصل هو بعد مرور شهر تقريباً وعندما عادت الزوجة عالية مرة ثانية إلى ذلك الشعور الغريب، شعور القلق وعدم الراحة وكثرة الطلبات ـ وهذا دلالة على نزول الموجة عندها والذي يجهله محمود ـ هنا شعر محمود بالضيق والازعاج والضجر، وشعر بإهانة كبيرة موجهة له من قبل زوجته عالية. كيف يمكن أن تعود زوجته عالية إلى ذلك الشعور بعدما أكّد لها على حبه لها وأهميتها في حياته؟!.

وهنا بدأ ينظر إلى الموضوع من زاوية أخرى، بدأ ينظر على إن زوجته لم تصدّق كلامه الذي قاله لها في المرة الماضية وإنها لا تثق به، وهنا انتهى الموقف بينهما بمشكلة جديدة.

إعادة الثقة:

بعد أن عرف محمود حقيقة الموجة عند المرأة أيقن وقتها إن التغير الثاني الذي حصل لزوجته وشعورها بعدم الارتياح وعدم الأمان والضجر والشكوى كان أمراً طبيعياً جداً، وإنه أمر لا بد من حصوله. وأيقن كذلك إن ذلك الشعور هو شعور مؤقت وسرعان ما يزول. وكذلك أدرك مدى سذاجته وجهله عندما اعتقد إن زوجته لن تنزل إلى ذلك البئر المظلم وإلى تلك الحالة النفسية المتدهورة وإنها لن تتشكى مرة ثانية وخصوصاً بعدما أكّد لها حبه الغامر وأهميتها في حياته في المرة الأولى.

معرفة محمود لهذه الحقيقة، حقيقة التغيرات الطبيعية التي تحصل للمرأة ساعده كثيراً في حياته المستقبلية، فعندما كانت زوجته عالية تبدأ في حالة النزول كان هو يفهم ذلك التغير الطبيعي، ولذلك فعندما كانت تتدهور حالتها النفسية وتبدأ بالتشكي والضجر، كان هو وبدلاً من أن يطمئن زوجته ويحاول إفهامها إن كل شيء على ما يرام وإن لا داعي لقلقها، أو بدلاً من الضجر من تلك الحالة والدخول معها في مشادات كلامية، بدلاً من كل ذلك أصبح محمود يقف إلى جانب زوجته في وقتها هذا ويساندها ويساعدها على النزول والمكوث والصعود بأمان أكثر.

أهم ما شجع محمود على الاستمرار في العيش مع زوجته عالية بسلام وراحة بال وهدوء أعصاب هو إدراكه للحقائق الثلاث التالية:

١ ـ لا يمكن لحب الرجل ومساندته للمرأة حل مشاكلها وتغيير حالتها النفسية فوراً، ولكن حبه ومساندته ومساعدته ووقوفه إلى جانب المرأة يجعلها تشعر بالأمان عند نزولها إلى ذلك البئر والخروج منه. وإنه من السذاجة توقع حب المرأة الدائم والمستمر بدون انقطاع، فلا بد ومن وقت لآخر أن يحصل فتور في شعور المرأة إذ إن ذلك أمراً طبيعياً لا بد من حصوله. وبإدراك الرجل لهذه الحقائق فإن معنوياته سترتفع ويكون أكثر استعداداً

لمساندة المرأة في حالتها تلك.

٢ ـ نزول المرأة إلى البئر وتغيّر حالتها النفسية إلى الأسوأ لا علاقة له بتصرف الرجل، إنه لا يدل إطلاقاً على أي خطأ ارتكب من قبل الرجل، أو على فشل الرجل في تعامله مع المرأة. وكذلك فإن مساندة الرجل للمرأة ومساعدتها والوقوف إلى جانبها لا يمكن أن يوقفا عملية نزول المرأة إلى البئر، فمهما حاول الرجل فإن المرأة تستمر في النزول إلى أن تصل إلى قاع ذلك البئر «فلا صعود قبل الوصول إلى القاع». كل ما يمكن لتلك الجهود المبذولة من قبل الرجل أن تفعله هو مساعدة المرأة في تلك الظروف العصيبة.

٣ ـ عند نزول المرأة إلى البئر ووصولها إلى القاع فإنها لها القدرة على الارتفاع، وهنا يجدر بالرجل أن لا يحاول «الإصلاح» فليس هناك أي كسر أو عطل يحتاج منه أن يصلحه، كل ما هو مطلوب من الرجل في مثل هذه الظروف هو الحب والتفهم والصبر.

عندما لا تشعر المرأة بالأمان داخل البئر:

من المهم أن تشعر المرأة بالأمان عند مرورها بتلك الدورة، دورة نزولها إلى البئر ووصولها للقاع ومن ثم الارتفاع. إنها مهمة جداً وفيها راحة للجميع، وإلا فإنها ستحاول إرغام نفسها على إخفاء حقيقة شعورها والتظاهر بمظهر آخر، مظهر يدل على إن الأمور طبيعية وليس هناك أي تغيّر في حالتها النفسية.

فعندما لا تشعر المرأة بالأمان عند نزولها إلى البئر وإن عليها أن تخفي حقيقة شعورها والذي لا يعجب الرجل الذي لا يستطيع أن يتفهم حالتها، فهي عندئذٍ تسلك إحدى الطرق التالية:

١ ـ محاولة الابتعاد الجسدي عن الرجل.

٢ ـ قهر شعورها وذلك عن طريق الإدمان، إما الأكل المفرط أو العمل المستمر.

وحتى مع إدمانها هذا والذي تحاول من ورائه إخفاء حقيقة شعورها إلا أنها ومن فترة لأخرى لا بد من نزولها إلى ذلك البئر والخروج منه.

ما قد يحصل للمرأة في هذه الحالة هو إنها وبعد فترة من كبت مشاعرها والتظاهر بمظهر غير حقيقي، تصل بها الحالة إلى عدم التمكن من الاستمرار في ذلك التصنع، وعندها تفقد أعصابها وتنفجر مدوية وتثور. وفي هذه الحالة فإنه من الصعب السيطرة عليها.

هناك قصص كثيرة نسمعها عن أزواج عاشوا مع زوجاتهم في هدوء وسلام، وبعد فترة طويلة من العشرة وفجأة نرى هيجان وثورة المرأة وطلبها للطلاق.

في كثير من هذه الحالات يكون السبب هو إن المرأة قد أخفت شعورها السلبي عند كل مرة كانت تنزل فيها إلى ذلك البئر المظلم ولم تتمكن من الإفصاح عنه وذلك خوفاً من المشاكل، ظلت تضغط على أعصابها وعلى نفسها وعلى شعورها فترة طويلة من الزمن مما سبب عندها حالة يمكن أن نطلق عليها (الخدر العاطفي وعدم الشعور بالحب).

فإذا حاول الإنسان الضغط على مشاعره السلبية وحاول إخفائها وكبتها باستمرار فإن ذلك يؤثر أيضاً على مشاعره الإيجابية، ونتيجة لذلك فإن شعور الحب عند ذلك الإنسان يبدأ بالذبول والاضمحلال وبعد ذلك يموت.

لا شك أن الابتعاد عن المشاكل والمشادات الكلامية والخصام شيء ممتاز جداً، فما أحلى الحياة نقضيها في راحة بال وهناء وسعادة بعيداً عن المشاكل ولكن لا يجب أن يكون ذلك على حساب أعصابنا وتصنعنا وتظاهرنا بشكل لا يدل على الحقيقة. لا يجوز أبداً أن نضغط على أنفسنا وأعصابنا كي نتفادى المشاكل، نعم يجب أن نبتعد عن ذلك كلياً لأن تأثيره علينا وعلى مصيرنا بليغ وأكبر بكثير من تلك المشاكل (في فصل قادم سنحاول إن شاء الله تعالى مناقشة كيفية الابتعاد عن الخصام وبدون اللجوء إلى إخفاء حقيقة مشاعرنا).

إخفاء العواطف السلبية يؤثر على العواطف الإيجابية:

عندما تنزل الموجة عند المرأة وتتحطم فإن ذلك الوقت هو الذي تكون المرأة فيه مقبلة على التطهير أو التنظيف العاطفي لديها.

وإذا حاولت المرأة عدم القيام بذلك التنظيف أو التطهير في داخلها، فإنها عندئذ تبدأ وبصورة تدريجية بفقدانها القدرة على إعطاء الحب أو استلامه من الرجل.

وكنتيجة لمحاولات المرأة لإخفاء عواطفها ومشاعرها الحقيقية فإن طبيعة الموجة من حيث النزول والارتفاع تتأثر وتعاق. وعندها وبصورة تدريجية وبعد فترة من الزمن تصبح المرأة باردة الشعور وتفقد أحاسيسها العاطفية.

كل النساء وبدون أي استثناء يحتجن إلى أن ينزلن إلى ذلك البئر، فمثلما تحتاج ربة البيت إلى ذلك النزول فكذلك المرأة العاملة والناجحة في عملها والتي قد تكون رئيسة شركة كبيرة ويكون تحت يدها العشرات أو المئات من العاملين، أو قد تكون عالمة أو باحثة، أو دكتورة أو مهندسة أو أي مجال آخر، نعم كل النساء في العالم وبغض النظر عن طبيعة عملهن.

وهنا يقع كثير من الرجال في الخطأ، فالرجل المتزوج من امرأة ناجحة في عملها خارج المنزل والتي تظهر بمظهر القوة والحزم والسيطرة يعتقد إن تلك المرأة لا تحتاج إلى تلك اللحظات، لحظات الحاجة العاطفية! كيف يمكن لها أن تحتاج إلى العاطفة وهي التي ترأس مشروع عمل كبير ويعمل تحت إدارتها عدد كبير من العاملين، رجالاً ونساء. امرأة مثل هذه لا يمكن لها أن تحتاج إلى لحظات العاطفة! إنها امرأة حديدية ولا يمكن أن تحتاج إلى أية عواطف هذا الاعتقاد خاطىء جداً والعكس هو الصحيح، فالمرأة هي المرأة سواء كانت ربة بيت أو عاملة أو موظفة، فهي وبطبيعتها تحتاج إلى تلك اللحظات العاطفية. إضافة إلى ذلك فإن المرأة قد تكون أكثر حاجة إلى لحظات العواطف من تلك التي تقضي معظم وقتها في البيت. نعم فالمرأة العاملة تتعرض إلى كثير من

الجهد وإلى التلوث العاطفي ولذلك تزداد الحاجة عندها إلى التنظيف العاطفي، مثلها مثل الرجل فما يحصل للرجل هو إنه يقضي ساعات طويلة في العمل ويتعرض خلالها إلى بذل جهود كبيرة في العمل وإلى توتر الأعصاب والإرهاق، وبعد ذلك وعندما يعود إلى البيت يشعر بأمس الحاجة إلى الراحة وهدوء الأعصاب.

وهنا قد يتبادر إلى الأذهان سؤال مهم، والسؤال هو: «هل إن نزول المرأة إلى البئر والتغيير العاطفي الذي يحصل عندها يؤثر على حياتها وأسلوب تعاملها مع الآخرين في مجال العمل؟».

عندما تستيقظ المرأة في الصباح وترتدي ملابس العمل الرسمية وتتهيأ لذلك اليوم فإنها ذهنياً تهيء نفسها للعمل وتحاول أن تعطّل جانب أحاسيس الحب والعواطف. تصبح امرأة عاملة تنظر إلى العمل وإلى العاملين من منطلق العمل وواجباته، بعيداً عن العواطف والأحاسيس الشخصية وتحاول أن تندمج في العمل وتنجز ما يتطلب إنجازه من منطلق العمل البحت. ولكن عندما تنتهي من العمل وتعود إلى البيت فإنها تكون في أمس الحاجة إلى الحب والمساندة العاطفية من قبل زوجها، وهذا هو ما تتمناه كل امرأة وترتجيه من الرجل... الحب والعاطفة. هذا ما تحاول المرأة العاملة فعله عندما تذهب إلى العمل، ولذلك فإنه ليس من الضروري أن يؤثر التغيير العاطفي عندها على حياتها في العمل وعلى أسلوب تعاملها مع الآخرين. فكما ذكرنا فإنها في الصباح وقبل أن تغادر المنزل تهيىء نفسها ليوم عمل بعيداً عن كل الأحاسيس العاطفية السلبية والإيجابية، تذهب إلى العمل وتنظر إلى الأمور وتتعامل معها بإسلوب طبيعي وبما يتناسب مع متطلبات العمل.

التأثير الأساسي لذلك التغيّر العاطفي يكون واضحاً في داخل المنزل ومع الناس الذين تحبهم وتحتاج إليهم، وطبعاً فإن الزوج هو في الطليعة.

كيف يساند الرجل المرأة داخل البئر:

يتعلم الرجل الذكي كيفية عمل المستحيل لمساندة المرأة وإحاطتها بشعور الأمان في حالة التغيّر العاطفي والنفسي والذي يحصل لها وهي في داخل البئر، وإذا تعلم ذلك فإنه يساهم في خلق علاقة مليئة بالحب والسعادة والعواطف الجياشة والراحة على مر السنين. قد يواجه الرجل تغيراً كبيراً في حالة المرأة النفسية وتكون أشبه بالزوابع الرعدية ويشعر وقتها بضغط شديد وبتيار جارف يشده إلى الناحية الأخرى، ناحية المشاكل والآلام، إلا أنه وببعض الصبر والمساندة والمساعدة فإن النتائج تكون مكافئة وعظيمة وتجنّبه وتجنب العائلة كثيراً من المشاكل ووجع الرأس ويعيش في راحة وهدوء أعصاب.

أما الرجل الذي لا يهتم كثيراً بمشاعر المرأة ولا يعير انتباهاً إلى موضوع نزول المرأة إلى البئر والتغيّر العاطفي الذي يحصل عندها ولا يحاول الوقوف إلى جانبها ومساندتها وتقديم المساعدة التي تحتاج إليها المرأة آنذاك فإنه بجهله هذا يعقّد الأمور ويساهم مساهمة مباشرة بخلق المزيد من المشاكل والتسبب في الآلام والمعاناة وعدم راحته وراحة زوجته وراحة أفراد العائلة. جهله هذا سيؤثر على العلاقة الزوجية ويضعّف الحب والذي قد يصل إلى درجة التلاشي وبعدها تدريجياً تحل التعاسة محل السعادة وتنقلب الحياة بينهما إلى حالة لا تطاق.

الرجل في الصومعة والمرأة في البئر:

زايد وريحانة، مثل أي عريسين عاشا في بداية زواجهما حياة ملؤها السعادة والبهجة والسرور، بقيا على هذه الحالة إلى فترة وبعدها ابتدأ الإثنان يعانيان من التغيرات الطبيعية التي تحصل عند الإثنين. فعندما كان يدخل زايد صومعته وينطوي على نفسه، كانت ريحانة تعاني من ذلك الانسحاب الذي لم تكن تعلم حقيقته. وبالمقابل فعندما كانت ريحانة تنزل إلى ذلك البئر المظلم وتتبدل حالتها النفسية وتسوء، كان زايد يعاني من ذلك ويحتار كثيراً. وما

أراحهما هو زيارتهما للطبيب النفساني، وبعد ذلك أصبحت حياتهما أسهل بكثير من الماضي.

قال زايد: لقد طبقت كل ما تعلمته من الطبيب النفساني وكانت النتائج مذهلة وعظيمة. أنا وزوجتي ريحانة أصبحنا أكثر قرباً من بعضنا البعض مما كنا عليه في السابق، شعرت آنذاك وكأنني أعيش في الجنة، ولكن فجأة وبدون أية مقدمات بدأت زوجتي ريحانة تشكى وتتضجر من مشاهدتي للتلفزيون، وبدأت تعاملني وكأنني طفل. وبعد ذلك حصلت بيننا مشادة كلامية أدّت إلى خصام، لا أدري ما حصل؟ قبل ذلك كنا في حالة ممتازة وفجأة تغيرت الأوضاع؟.

المثال السابق هو ما يمكن أن يحصل بين الرجل والمرأة وذلك عند تزامن نزول المرأة إلى البئر وتغير حالتها النفسية وانطواء وانسحاب الرجل ودخوله إلى صومعته. تزامن رهيب يحصل عند الاثنين ويؤدي إلى مأساة. فالمشكلة هنا كبيرة ولا يمكن التعامل معها ببساطة وبدون دراية وعلم.

لنحاول أن نلقي الضوء على ما حصل بين الإثنين: تعلم زايد ومن خلال زيارته للطبيب النفساني حالة التغير النفسي والعاطفي الطبيعي عند المرأة والذي شبهناه بنزول المرأة إلى البئر. وتعلّم أيضاً ما يجب عليه فعله في مثل ذلك الوقت، والحقيقة فإن زايد نجح في مسعاه نجاحاً كبيراً. فعندما نزلت ريحانة إلى البئر، تذكر زايد كل تعليمات الطبيب النفساني وطبّقها بالحرف الواحد، نجح في مسعاه حيث لاحظت ريحانة رعاية زايد لها واهتمامه بها وأحسّت بالحب والحنان والاطمئنان مما شجعها ذلك على النزول إلى البئر والسباحة فيه بحرية تامة وبدون أي خوف أو قلق، وبعد ذلك ارتفاعها إلى الأعلى ثانية. ووقتها كانت في قمة الاستعداد لتقديم الحب واستلامه، وكان زايد أيضاً في منتهى السعادة فشعر الاثنان بالحب المتبادل والسعادة، واستمرت الأمور على ذلك الحال لمدة تقارب الشهر.

ما حصل بعد ذلك هو تزامن في التغير العاطفي والشعوري عند الاثنين.

فذات مساء وبينما كان زايد في المنزل شعر بحاجته الطبيعية إلى الانطواء والانسحاب والانعزال والتزم جانب الصمت ودخل في صومعته، عندها انتقل إلى غرفة الجلوس للراحة والاسترخاء وحاول أن يشغل نفسه بمشاهدة التلفزيون بعيداً عن زوجته ريحانة.

في تلك الأثناء كانت الموجة عند ريحانة في طريقها للنزول إلى الأسفل، لذلك تأثرت ريحانة من تصرف زوجها زايد هذا وشعرت بالألم والمضايقة. شعرت أن انسحابه وابتعاده عنها كان بمثابة نهاية لأحلى وأجمل شهر قضياه مع بعض، وإنها ستفقد مثل تلك الحياة. تلك الحياة الجميلة والتي كانت بمثابة الحلم الدائم الذي كان يراودها منذ الطفولة. إنسحاب زايد كان صدمة عنيفة لريحانة، كان أشبه بإعطاء قطعة حلوى لطفلة صغيرة وأخذها منها ثانية، أو كجلب ملابس جديدة لطفل بمناسبة العيد السعيد، وبعد قيام الطفل بارتدائها أول يوم وفرحته بها، يتم أخذها منه وحرمانه من ارتدائها ثانية.

تعليل زايد وريحانة لتصرفهما:

من الصعب جداً لزايد أن يفهم شعور ريحانة بإهماله إياها وذهابه إلى غرفة الجلوس لمشاهدة التلفزيون، فغضب ريحانة من تصرفه هذا ومن ثم زجره وتعنيفه ورفع صوتها، كل ذلك كان غامضاً ومبهم الأسباب بالنسبة لزايد.

فحسب تفكير ومنطق زايد، فهو كان شديد الرعاية والعناية والاهتمام بزوجته لمدة شهر كامل وإنه بعد ذلك يستحق فترة من الراحة والهدوء. قام زايد خلال الشهر الماضي بصب كل اهتمامه وتركيزه على زوجته وحاول خلالهما التأكيد لزوجته على حبه لها وتمسكه بها وإنه لا داعي لقلقها بعد ذلك.

كل ما أراده زايد وبعد بذله لكل ذلك الجهد لإراحة زوجته وطمئنتها إلى فترة راحة قصيرة، نعم أراد أن يختلي بنفسه وينزوي في غرفة الجلوس لمشاهدة التلفزيون. هل إن ذلك حرام أم جريمة؟ وإذا كان الأمر كذلك، فمتى تمّ إصدار مثل هذا القرار ولم لم يخبره أحد بذلك؟ هذا هو منطق زايد وتعليله لما حصل.

أما منطق وتعليل ريحانة فكان يختلف تماماً عن ذلك، فالشهر الماضي كان من أجمل الأوقات وأحلاها إذ إنها عاشت خلاله فترة لا يمكن أن تنساها وتتمنى أن تكون حياتها امتداداً لذلك. شعرت ريحانة خلال الشهر الماضي بسعادة تامة وإطمئنان لدرجة إنها قامت من جانبها بإعطاء كل الحب والعواطف، وعليه فإنها لا تستحق ما فعله زايد. هل جزاء الإحسان إلاّ الإحسان؟ ما فعله زايد كان بالنسبة لها لطمة قوية وجهها إليها وبدون أي سبب!.

كان المفروض أن يزيد الزوج زايد من حبه لها ويكثر من اهتمامه بها، بدلاً من انسحابه المفاجىء هذا. هل كان زايد يحاول اللعب بعواطفها وأحاسيسها؟ هل إنه وصل إلى تلك الدرجة من الضحالة وعدم الشعور؟ هل تزوجها ليحطم أعصابها؟! هذا هو منطق وتعليل ريحانة.

هل يؤثر ماضي الإنسان على تصرفاته؟

الجواب هو وبدون أي شك «نعم»، فكل الدراسات العلمية تؤكد على إن لماضي الإنسان تأثير كبير وعلاقة قوية على تصرفاته في الوقت الحاضر والمستقبل.

وبما إن ذلك يعتبر حقيقة علمية ثابتة ولا يمكن أن يشوبها أي شك، فلا داعي لضرب أمثلة جديدة، ولنعود إلى قصة زايد وريحانة ونرى تأثير الماضي على التصرفات الحاضرة.

فعندما ترك زايد زوجته ريحانة وانتقل إلى غرفة الجلوس لمشاهدة التلفزيون، غضبت زوجته وهاجت وعلا صوتها وبدأت تعنفه وتعامله معاملة الطفل، ردت الفعل هذه كان لها علاقة قوية ومباشرة لما حصل لريحانة في طفولتها.

ففي الطفولة كانت ريحانة تلاحظ انشغال والدها الدائم عنها وإهماله إياها. هذه الظاهرة كانت مؤلمة جداً بالنسبة لريحانة وظلت راسخة وعاشت في عقلها الباطني اللاوعي.

وعندما لاحظت انصراف زوجها زايد المفاجىء عنها وإهماله إياها وذلك عندما ذهب إلى الغرفة الأخرى لمشاهدة التلفزيون وتركها وحدها وهي في حالة عطاء للحب وتوقعها الحب المتبادل من قبل زوجها، هنا وفي هذه اللحظة استيقظ العقل الباطن «اللاوعي» وتذكرت ما حصل لها في طفولتها من قبل والدها الذي كان منشغلاً عنها، لذلك نرى ردة فعلها كانت قوية جداً. ولولا تفتح العقل الباطن وخروج تلك المشاعر الدفينة فيه منذ الطفولة وصعودها وانتقالها إلى العقل الظاهر «الوعي» لكان من الممكن والسهل جداً لريحانة أن تتفهم تصرف زوجها ولأعطته الفرصة الكافية لمشاهدة التلفزيون ولما هاجت وماجت وقلبت الدنيا وأقعدتها.

وباختصار فإن ردة الفعل تعتمد في بعض الأحيان على أحداث مهمة جداً حصلت في الماضي وترسّبت آثارها وبقيت في العقل الباطن.

وهنا نود أن نوضح نقطة أخرى تتعلق بالزوج زايد وردة فعله تجاه هيجان الزوجة ريحانة، فلو إن زايد حاول تهدأة زوجته ريحانة بطريقة علمية صحيحة وطيّب خاطرها بدلاً من انفجاره هو أيضاً ودخوله في مشادة كلامية حادة مع زوجته، لو إنه حاول أن يمسك أعصابه ويهدّىء من روعها لعرف بعد ذلك السبب. نعم، يمكن له أن يعرف السبب بعد أن تهدأ الزوجة وتعود إلى وضعها الطبيعي، ولو عرف السبب لبطل العجب.

وبهذا التصرف من قبل زايد فإنه سيساعد ريحانة في دورتها العاطفية الطبيعية، سيساعدها على النزول إلى ذلك البئر المظلم بهدوء وأمان وبدون إحداث أية مشاكل. كانت ريحانة ستنزل إلى البئر وتصعد منه بهدوء وبدون أي توتر في الأعصاب. وعندما تصعد إلى الأعلى فإنها وبدون أي شك ستعود الابتسامة الجميلة على وجهها وتكون مصدر إشعاع للحب والعواطف. ولو إن زايد تصرف بحكمة وعقل، فإن ذلك التصرف سيساعد ريحانة على فهم حقيقة الانسحاب عند الرجل وانطوائه على نفسه ودخوله إلى صومعته المقدسة بالنسبة

له، ولساعدها أيضاً على أن تفهم إن الرجل وبعد ذلك الانسحاب فإنه لا بد وأن يعود إلى المرأة.

متى تجرح المشاعر:

عندما ترك زايد زوجته ريحانة وانتقل إلى الغرفة الثانية لمشاهدة التلفزيون، تألمت ريحانة لذلك كثيراً وبدأت بالهجوم عليه وتعنيفه على فعلته هذه. عندها اندهش زايد من تصرف زوجته الغير مقبول والغير معقول بالنسبة له، وأول ما قاله لها: (لم هذا التألم وهذه العصبية التي لا داعي لهـا؟).

هذه الجملة هي التي أشعلت النيران في داخل ريحانة وأقامت الدنيا وأقعدتها. فهي كانت البداية للمشاكل التي تلت بعد ذلك فما قاله زايد لزوجته ريحانة هو «أسوأ ما يمكن لرجل أن يقوله لإمرأة مجروحة المشاعر». هذا النوع من الكلام يؤذي المرأة بشكل رهيب، إنه أشبه بوضع كمية من الملح على جرح عميق وإغلاقه على ذلك الوضع، إنه يؤذي المرأة كثيراً. وعندما يكون شعور المرأة مجروحاً، يلاحظ من كلامها وكأنها تحاول وضع الملامة على الرجل أثناء نقاشهما. وإذا حاول الرجل أن يبين للمرأة أن لا داعي لتألمها ـ وبعبارة أخرى إنها على خطأ ـ وإنه لم يقم بأي عمل يستحق عليه ذلك التعنيف، فإن الموقف عندئذٍ يتأزم وتكبر المشكلة وتسير الأمور من سيء إلى أسوأ.

وقد تدرك المرأة المجروحة المشاعر والثائرة على الواقع وعلى زوجها جيداً أن لا داعي لكل ذلك الألم والهيجان إلا إنها تبقى عاطفياً متألمة وكل ما تريده من الرجل وتحتاجه في ذلك الوقت هو أن يفهم الرجل حقيقة شعورها. حقيقة كونها متألمة وتحتاج من الرجل أن يواسيها ويهدّأ من روعها، هذا كل ما ترتجيه وتطمح إليه.

لِمَ يتخاصم الزوجان؟

أساء زايد فهم ردة فعل زوجته ريحانة، فما فهمه زايد هو إن زوجته كانت تعترض على مشاهدته للتلفزيون وإنها تطالبه بعدم المشاهدة، بينما ما أثار ريحانة لم يكن فعل «مشاهدة التلفزيون وإنما الانتقال إلى غرفة أخرى». نعم، فلم يكن لريحانة أي اعتراض على مشاهدة زوجها زايد للتفزيون إنه أمر طبيعي وبسيط ولا يتطلب أية معارضة أو شكوى، إلا أن مسألة تركها وإهمالها والذهاب إلى مكان آخر بعيداً عنها هو شيء مؤلم ولا تستطيع أن تقبله أو توافق عليه. هذه هي النقطة الأساسية التي سببت ثورتها وهيجانها، رسالة ريحانة إلى زوجها كانت «إنها متألمة وتريد من زوجها زيد أن يفهم ذلك».

المرأة بطبيعتها التي جبلت عليها تثق بالرجل وتفسح له المجال لإجراء أي تغيير أو تعديل يريده وذلك عندما تشعر بأنه يقدرها ويستمع إليها ولشكواها. فعندما أبدت ريحانة انزعاجها وتألمها فكل ما كانت تطلبه من خلال ذلك هو أن يستمع إليها زوجها زايد ويعيد إليها الثقة بحبه واهتمامه بها، وإن عملية مشاهدة التلفزيون لا تعني أبداً إنها أهم من ريحانة أو أن زايد يفضل الجلوس أمام شاشة التلفزيون ويتركها لوحدها، أو إنه سيقوم بذلك كلما كان متواجداً في البيت وإن ذلك سيكون شغله الشاغل. وبهذا الوضع الجديد فإن مكانة ريحانة ستتلاشى من حياة زايد وستندثر الحياة العاطفية.

لا شك أن لزايد كل الحق في مشاهدة التلفزيون، وأيضاً لا شك أن لريحانة كل الحق في أن تعبّر عن مشاعرها سواء السعادة أو التعاسة، وإذا كانت تعيسة في وقت من الأوقات فإنها وبكل تأكيد تستحق من زايد أن يستمع إليها ويتفهم شعورها ويؤكد لها من جديد حبه واهتمامه بها. لم يرتكب زايد أية غلطة عندما أراد مشاهـدة التلفزيون وكذلك فريحانة أيضاً لم ترتكب أية غلطة في إبداء حقيقة مشاعرها في تلك اللحظة. الغلط كان في الفهم والتصرف من قبل الطرفين.

يتجادل الرجل للحصول على حريته بينما تتجادل المرأة للحصول على الحق في الانزعاج:

ما يريده الرجل هو ترك بعض المسافة بينه وبين المرأة، وما تريده المرأة هو تفهّم الرجل لها ولمشاعرها. هذه هي القاعدة الأساسية في العلاقة بين الرجل والمرأة.

عندما لاحظت ريحانة ترك زايد إياها وذهابه إلى الغرفة الأخرى لمشاهدة التلفزيون ثارت وغضبت لذلك، وعندما لاحظ زايد تلك الحالة العصبية شعر إن ردة الفعل تلك كانت مبالغ فيها وإنها مليئة بالظلم والإجحاف.

السبب الحقيقي لشعور زايد هذا هو ناتج عن جهله لحقيقة الموجة عند المرأة. فهو اعتقد أن له الحق في أن يتجاهل مشاعر ريحانة ويذهب لمشاهدة التلفزيون بالرغم من مظاهر الألم والانزعاج التي كانت بادية على زوجته. ولذلك عندما عبّرت ريحانة عن مشاعرها وذلك بالغضب والتعنيف، ثار هو أيضاً وواجهها وحصلت بينهما مشادة كلامية، اعتقد زايد إن سبب هيجان ريحانة هو اعتراضها على مشاهدته للتفزيون ومحاولتها الطلب منه باستمرارية المرافقة والاهتمام بها. شعر في تلك اللحظة أنه فقد حريته في التصرف في داخل المنزل، فما اعترضت عليه الزوجة هو عمل بسيط قام به، مشاهدته للتلفزيون، اعتقد أن ريحانة تحاول من وراء ذلك السيطرة عليه وتحديد حريته في الاختيار، لذلك كان لا بد من أن يثور ويواجهها ويفهمها أنه حر وليس مقيد وله مطلق الحرية في مشاهدة التلفزيون وفي أي وقت يشاء، بينما الحقيقة ليست كذلك؛ نعم فردة فعل ريحانة تجاه ترك زايد الغرفة وذهابه إلى الغرفة الأخرى لمشاهدة التلفزيون كان محاولة منها للحصول على الحق في التعبير عن مشاعرها، الحق في أن تقول إنها غاضبة وتطلب من الزوج أن يتفهم ذلك. لم تكن عند ريحانة النية في تقييد حرية زايد وإجباره على عدم مشاهدة التلفزيون. لم تكن عملية مشاهدة التلفزيون العنصر الأساسي في هذه المسألة أبداً

فالموضوع يتعلق بعملية ترك زايد المكان وذهابه إلى مكان آخر بعيداً عن ريحانة، هذا هو مربط الفرس.

وطبعاً فإن هناك أموراً أخرى وأمثلة كثيرة تحصل بين الرجل والمرأة وتجر إلى مشاكل ووجع رأس، والسبب الحقيقي في كل ذلك هو سوء الفهم، نعم سوء الفهم في القصد والتصرفات.

حل الخلافات عن طريق التفاهم:

الحياة الزوجية التي دامت عشر سنوات كانت تتخللها مشاكل كثيرة بين زايد وريحانة وبعد أن زارا الطبيب النفساني وبيّن لهما نوعية المشاكل التي يمران بها وكذلك وضّح لهما الأسلوب الأمثل للتعامل مع تلك المشاكل، وبعد أن جربا وطبقا توصيات الطبيب النفساني لاحظا التغير العجيب الذي حصل لهما، فحياتهما تغيّرت وأصبحت أكثر سعادة وراحة من قبل، استمر الوضع على هذه الشاكلة لمدة شهر وبعدها بدأت مشكلة أخرى.

ظن زايد وبطريق الخطأ أن تتغير حالة ريحانة النفسية وتبقى كذلك ولن تعود إلى ما كانت عليه في السابق، ظن إن شهر من السعادة والحب والحنان والمشاعر العاطفية يمكن أن يغير شعور الإهمال واليأس الذي تولّد عندها على مرور السنوات العشر الماضية. وكذلك كان من السذاجة أن تتوقع ريحانة الحب المستمر والحنان والرعاية من قبل زايد وعدم حاجته إلى الابتعاد عنها والانطواء على نفسه والتزامه جانب الصمت. فعندما لاحظت ابتعاد زايد عنها وانتقاله إلى الغرفة الثانية لمشاهدة التلفزيون، تحركت الموجة عندها وبدأت بالنزول إلى الأسفل.

ردت فعل ريحانة في تلك اللحظة لم تكن لذلك الابتعاد الذي حصل فقط، بل إن ردة فعلها كانت عبارة عن خليط لتلك الحادثة وللحوادث السابقة التي حصلت على مر السنوات العشر السابقة. بدأ الجدال بينهما وتطور إلى صراخ وتعنيف وأخذ وعطاء ومن ثم انقلب الموقف إلى حالة خصام وتوقف عن

الكلام. ذهب كل منهما إلى ناحية مختلفة من البيت وهو ممتلىء بشحنة من الغضب وتوتر الأعصاب.

قررا الذهاب إلى الطبيب النفساني للتعرف على ما كان يحصل بينهما، وهناك شرح لهما الطبيب النفساني حقيقة ما حصل بينهما ووضح لهما ردود الفعل من قبلهما وبيّن لهما ما كان يجب على كل منهما فعله.

بعد ذلك استطاعا أن يحلا مشاكلهما بصورة أفضل والعيش بهدوء وسلام. فهم زايد إنه عندما ابتدأ بالابتعاد عن زوجته ريحانة وانتقاله إلى الغرفة الأخرى، فإن ذلك سبّب عندها بداية غسيل عاطفي وعندها شعرت بالحاجة إلى الكلام والتعبير عن مشاعرها وإنها لم ترغب أبداً في سماع ما يدل إنها على خطأ. ما أرادته هو توصيل معلومة بسيطة إلى زوجها زايد، ألا وهي إنها مستاءة وغاضبة.

بعد تلك الزيارة تشجع زايد وتقوت عنده العزيمة عندما عرف إن ريحانة لم تكن تحاول السيطرة عليه وتقيد حريته ومنعه من مشاهدة التلفزيون، بل إن كل ما كانت تجادل فيه وتكافح وتطلب من زايد هو مجرد استماعه إلى حقيقة مشاعرها. هذا هو كل ما كانت تصبو إليه. فللمرأة مطمح تحاول أن تحققه ألا وهو استماع الرجل لها، وللرجل أيضاً مطمح يحاول أن يحققه ألا وهو طلب الحرية.

وكذلك تعلّم زايد إن مساندة المرأة والوقوف إلى جانبها والاستعداد لسماعها يزيد من قابليتها على مساندة الرجل وإعطائه مزيداً من الحرية وإفساح المجال أمامه للاختلاء بنفسه براحة تامة وعدم مقاطعة.

استماع الرجل للمرأة يشجعها على إعطائه الحرية:

فهمت ريحانة من الطبيب النفساني إن زايد لم يحاول أن يتجاهلها أو يتجاهل مشاعرها وذلك عندما انسحب وترك المكان وذهب إلى الغرفة الأخرى لمشاهدة التلفزيون.

وكذلك فهمت الحقيقة التي تقول إن زايد وبعد ذلك الانسحاب لا بد وأن يعود إليها ثانيةً وإنهما سيكونان مع بعض وفي حالة أفضل من السابق.

وكذلك فهمت أن الملازمة الدائمة والمستمرة بين الرجل والمرأة تؤثر على الرجل تأثيراً سلبياً وتثير عنده الشعور بالحاجة الماسة إلى الانسحاب والابتعاد.

وأيضاً فهمت إن ردة فعلها العنيفة وزجرها لزوجها زايد لمشاهدته التلفزيون ولّدت عنده شعور محاولتها السيطرة عليه وتقييد حريته. وكان عليها في ذلك الوقت أن تبين لزايد إنها لم تنوي السيطرة عليه أو التقييد من حريته وإن له كل الحق في أن يفعل ما يشاء داخل البيت فهو أولاً وقبل كل شيء زوجها الذي تحبه وشريك حياتها المفضل.

ما يمكن للرجل فعله عندما لا يستطيع الاستماع للمرأة:

في إحدى زيارات زايد لعيادة الطبيب النفساني ذكر إنه ذات يوم كان جالساً في البيت وحده وكان يفكر بصمت وهدوء تامين، وبعد ذلك دخلت زوجته ريحانة وبدأت بالكلام المستمر وبدون انقطاع. حاول وقتها الاستماع إلى ما كانت تقول ولكنه لم يستطع التركيز، وسرعان ما نفذ صبره وانفجر غاضباً، والنتيجة كانت مشكلة جديدة استمر أثرها بينهما عدة أيام. مشكلة لم يكن مخططاً لها ولم تكن في الحسبان ولم يعرف لها أي سبب مشروع.

كل ما حصل هو دخول الزوجة ريحانة المنزل ومحاولتها التحدث إلى زوجها الذي كان جالساً وحده في البيت. حاجة ريحانة إلى التحدث إلى زوجها زايد كانت في لحظة كان زايد في حالة ابتعاد وخلوة، كان في داخل صومعته ولم يرغب أبداً بدخول أي شخص إلى تلك الصومعة، هذا هو سبب المشكلة الأساسي والذي كان مبهماً وغير معروفاً للاثنين.

ما يحصل أحياناً هو نزول الموجة عند المرأة وفي ذلك الوقت تزداد الرغبة عندها إلى التحدث، والمتحدث إليه هو دائماً الزوج وإن عليه الاستماع،

بينما يكون الزوج في ذلك الوقت في حاجة إلى الانسحاب والابتعاد والاختلاء إلى نفسه.

في مثل هذه الحالة لا يتمكن الرجل من إعطاء المرأة ما تطلب وتريد، لا يتمكن من الاستماع والإصغاء إليها، وإذا حاول الرجل إجبار نفسه على الاستماع فقد تزداد الأمور سوءاً، فبعد وقت قصير قد يصل الرجل إلى حالة الملل والضجر وبعدها ينفجر أو إنه سيشعر بالتعب والغثيان، وعندما تلاحظ الزوجة ذلك تتألم وتثور أعصابها أكثر وأكثر.

إذا شعر الرجل بعدم قدرته على الاستماع لزوجته والتركيز على ما تقول، عليه عندها اتّباع الخطوات الثلاث التالية:

١ - على الرجل أن يتفهم حالته النفسية، فأول ما يحتاج الرجل إليه هو أن يعترف لنفسه إنه بحالة نفسية تتطلب منه الانسحاب والابتعاد وأن ليس لديه أي شيء يمكن أن يقدمه للمرأة فمهما كانت كمية الحب الموجودة في داخله فإنه وبالرغم من ذلك لن يتمكن من الاستماع والإصغاء والتركيز، عليه أن يبتعد كلياً عن محاولة إجبار نفسه على الاستماع.

٢ - على الرجل أن يفهم شكوى المرأة، نعم فما تتطلبه شكوى المرأة أكثر مما يمكن أن يقدمه في ذلك الوقت. فشكوى المرأة لها قيمتها وعلى الرجل أن لا يحاول إهمال المرأة أو التقليل من أهمية كلامها. وعليه الابتعاد عن تخطئة المرأة وإفهامها أنها غير محقة فيما تقول. يجدر بالرجل أن لا يحاول أبداً الاستخفاف بالمرأة أو بكلامها، فما يؤذئ المرأة أذاً كبيراً هو إهمال الرجل لها وخصوصاً عندما تكون بحاجة إلى التحدث إليه.

رغبة الرجل بالانسحاب والخلوة إلى نفسه والابتعاد رغبة مشروعة وكذلك رغبة المرأة في التحدث والتقرب إلى الرجل فهي أيضاً مشروعة. وقد يخشى الرجل عدم إمكانيته على فهم المرأة وذلك لعدم قابليته على الاستماع في تلك الأثناء، وقد يشعر بأنها سوف لن تسامحه أو تثق به

مستقبلاً إذا رفض الاستماع إليها.

الحقيقة هي إن المرأة قد تتفهم عدم استعداد الرجل للإستماع إليها وقد تؤجل الكلام إليه أو قد تنزعج لعدم استعداد الرجل للإستماع إليها، إلا إنها وبالتأكيد سوف تزداد ثقتها بالرجل وتكون أكثر تسامحاً معه. وذلك عندما تشعر بأن الرجل متفهماً لها ومهتماً بها.

٣ ـ على الرجل أن يتفهم موقف المرأة، فتفهم الرجل لموقف المرأة يساعده على الابتعاد عن إيقاع اللوم على المرأة والتفوه بكلام جارح يؤذي المرأة ومشاعرها. يساعد الرجل على تجنب خلق مشكلة جديدة، فعندما لا يستطيع الرجل تقديم ما تحتاج المرأة إليه، عندها يمكن للرجل الابتعاد عما يزيد الأمور سوءاً، يمكن له أن يبتعد عن الشجار والمجادلة. ما على الرجل فعله هو إفهام المرأة وبصريح العبارة بأنه يحبها ويحترمها ويقدّر شعورها ويود أن يستمع لما تقول إلا أنه في حالة يحتاج فيها إلى الهدوء والراحة والاختلاء بنفسه وإنه بالتأكيد سيعود إليها وعندها سيكون كله آذان صاغية وسيقدم لها كل ما تحتاج.

ما يمكن للرجل قوله بدلاً من الجدال:

لم يكن زايد على خطأ عندما شعر بحاجته الطبيعية إلى الابتعاد عن زوجته والذهاب إلى الغرفة الأخرى بقصد الاسترخاء ومشاهدة التلفزيون، كذلك لم تكن ريحانة على خطأ عندما شعرت بالحاجة إلى الكلام والتحدث إلى زوجها. ولكن بدلاً من الخوض في نقاش طويل وعريض يجرّ في النهاية إلى مشاكل ووجع رأس، كان يمكن لزايد وبكل بساطة أن يقول لزوجته (أنا أفهم إنك منزعجة وتودين التحدث في ذلك، إلا إني في الوقت الحاضر أشعر بالرغبة في الاسترخاء ومشاهدة التلفزيون وبعد ذلك يمكن أن نتحدث. صدقيني إن قلت لك إن الكلام في هذا الوقت لن يجدي وذلك لعدم قدرتي على الاستماع والفهم لما قد تقولين).

هذا الأسلوب يتيح لزايد الراحة والاسترخاء ومن ثم تهيئة نفسه للإستماع إلى زوجته وتفهم كلامها ومن ثم مساندتها والوقوف إلى جانبها. جواب زايد هذا قد لا يعجب ريحانة في البداية ولكنها ستحترمه وتنفذه.

لا شك أن ما تريده ريحانة وتتوقعه من زايد هو العطاء الدائم للحب والاهتمام والرعاية والاستعداد للإستماع إليها متى شعرت بالحاجة إلى ذلك، لكن الحقيقة غير ذلك فالرجل يحتاج أحياناً للإختلاء بنفسه وفي ذلك الوقت فإنه لا يكون قادراً على تقديم ما تحتاج المرأة إليه، ما يمكن للرجل عمله هو تجنّب ما قد يزيد الطين بلّة، تجنب الخوض في نقاش وجدل.

والحل الأمثل هو احترام احتياجات الطرفين فالرجل يأخذ الوقت الذي يحتاجه للإنسحاب والابتعاد وبعد ذلك العودة إلى المرأة وإعطائها كل ما تحتاج.

كذلك يمكن للرجل الذي لا تكون لديه الرغبة والاستعداد للإستماع للمرأة أن يقول لها: (أنا أفهم إنك منزعجة ومتألمة ولكني أحتاج لبعض الوقت للتفكير بذلك. دعينا نرتاح قليلاً وبعدها يمكن أن نكمل الحديث في هذا الموضوع). يمكن للرجل اتباع هذا الأسلوب الذي يعطيه بعض الوقت للراحة والهدوء بدلاً من الخوض في نقاش وجدال تكون عاقبته غير محمودة.

ما يمكن للمرأة قوله بدلاً من الجدال:

عندما أشار الطبيب النفساني على ريحانة بضرورة إفساح المجال أمام زايد للإنسحاب عند حاجته إليه، تساءلت ريحانة عما تفعله هي في ذلك الوقت وما الذي ستجنيه هي من قيامها بذلك؟

إن ما يصيب ريحانة هو أفضل ما يمكن لزايد أن يقدمه لها، فعدم إصرار ريحانة على استماع زايد لها عندما لا يكون لديه الاستعداد للقيام بذلك هو في الحقيقة تجنّب لخلق مشكلة أكيدة؛ وثانياً فعندما يختلي زايد بنفسه ويعود بعد ذلك إليها فإنها وبلا شك ستحصل على أفضل ما عنده وما يمكن أن يقدمه

الرجل للمرأة. سيكون في أوج الاستعداد للإستماع والمساندة. لنتذكر إن الرجل مثل المطاط، فعندما نسحب المطاط ونترك أحد طرفيه نراه يعود بسرعة هائلة إلى وضعه الطبيعي، كذلك الرجل فعندما ينسحب ويبتعد نراه بعد ذلك يعود، وعند عودته تلك يكون مليء بالحب والعواطف والاستعداد لتلبية احتياج المرأة ومتطلباتها، وهذا الوقت هو أفضل وقت يمكن فيه للمرأة التحدث إلى الرجل.

قبول المرأة لحقيقة احتياج الرجل إلى الانسحاب والابتعاد والدخول إلى صومعته لا يعني أبداً أن على المرأة أن تيأس من الكلام إليه وتستسلم لذلك ويكون الصمت هو شعارها الجديد في البيت. أبداً فإن ما يعنيه ذلك هو توقف المرأة عن مطالبة الرجل بضرورة الاستماع إليها في أي وقت تشعر هي بالحاجة إلى الكلام.

تعلمت ريحانة حقيقة أخرى، وهي إن الرجل يستطيع الكلام في بعض الأحيان وإنه يعجز عن ذلك في أحياناً أخرى. والتوقيت أمر مهم جداً وحساس ويلعب دوراً أساسياً في سر وصياغة نوع العلاقة بين الرجل والمرأة. تعلمت ريحانة عدم اليأس في التحدث إلى زوجها زايد، إلا أنه ينبغي عليها أن تتحين الوقت المناسب لذلك.

عندما يشعر الرجل بالحاجة إلى الدخول إلى صومعته فيجدر بالمرأة أن لا تتوقع المساندة من ذلك الرجل، عليها أن تحاول الحصول على المساندة من إحدى صديقاتها المقربات إليها. فيمكن للمرأة التحدث إلى إحدى صديقاتها وتحاول الحصول على المساندة والمؤازرة النفسية من خلال ذلك.

اعتماد المرأة الدائم على الرجل في الحصول على المساعدة والمساندة والمؤازرة يولّد ضغطاً نفسياً على الرجل، وعندما تنزل الموجة عند المرأة وتشعر بالحاجة إلى الكلام والشكوى ويكون وقتها الرجل في صومعته، فإنه من الضروري جداً للمرأة أن تلجأ إلى إحدى صديقاتها وإلا فإنها وبمرور الزمن

ستشعر بالضعف والامتعاظ من زوجها ومن تصرفاته.

هل يمكن للمال أن يعوّض المرأة عن احتياجها العاطفي؟

ذكر الزوج فكري: (حقيقة إني في حيرة تامة ولا أجد أي تبرير لتصرف زوجتي نائلة، ففي بداية زواجنا كنا فقراء بالرغم من إننا كنا نعمل، كنا بالكاد نستطيع توفير إيجار المنزل وتوفير الطعام والملابس الضرورية، في ذلك الوقت كانت نائلة تشتكي وتتضجر من الحالة المزرية التي كنا نعيشها. وكنت أنا أيضاً أشعر شعورها وأحاول مواساتها، إلا أنه وبفضل الله تعالى وشكره فقد تغيرت الأمور وانتهى وقت الفقر. لقد أصبحنا أغنياء ولدينا من المال ما يكفينا ويزيد، إلا أنها وبالرغم من كل ذلك فلا تزال تشعر بالتعاسة وتقوم بالشكوى! كثير من النساء يتمنين أن يعشن حياتها ويكونن في مقامها، حياتنا الحالية مليئة بالجدال والخصام وفوران الدم وهيجان الأعصاب. أشعر إن حياتنا في السابق كانت أفضل من حياتنا الحالية، كنا أكثر سعادة وقت الفقر!!.

لم يفهم فكري حقيقة الموجة عند المرأة، ففي بداية حياتهما وعندما كان الفقر محيط بهما من كل جانب كانت الموجة عند نائلة تنزل إلى الأسفل وتتغير نفسيتها من وقت لآخر وكانت تشعر بالتعاسة. وآنذاك كان فكري يستمع إليها ويصغي لشكواها وكان من السهل عليه أن يتقبل ذلك التغيّر في حالتها النفسية إذ أنه كان يظن إن السبب في ذلك هو الفقر، ذلك الفقر الذي كان هو أيضاً يعاني منه.

يظن الرجال وبطريق الخطأ إن المال هو الحل لكل المشاكل، فعندما كان فكري ونائلة يعيشان حياة فقر وكفاح لتحسين حالتهما الاجتماعية والاقتصادية، كان فكري يصغي دائماً إلى شكوى نائلة ويتعاطف معها ومع آلامها، وذلك ما شجع فكري على الإصرار على بذل المجهود الكبير لتحسين الحالة الاقتصادية والخروج من ذلك الفقر وجلب السعادة لزوجته نائلة. ونتيجة لتصرف فكري هذا شعرت نائلة بحب ورعاية فكري لها.

ولكن بعد أن تطورت الأمور إلى الأفضل وانتقلا من مرحلة الفقر إلى مرحلة الغنى استمرت حالة التضجر والشكوى عند نائلة وكانت تنتابها من وقت لآخر. لم يتمكن فكري من فهم سر ذلك الشعور وتلك التعاسة عند زوجته نائلة، ظن فكري وبطريق الخطأ إنه ونتيجة للغنى الذي انتقلا إليه فإن ذلك الشعور سوف لن يراود زوجته أبداً وستكون في سعادة دائمة. إنهما أغنياء وعندهم المال الكثير فما الحاجة إلى تلك التعاسة؟! لم هذا التضجر والشكوى؟! في مرحلة الغنى توقف فكري عن الاستماع إلى شكوى زوجته ولم يعطها الحق في تضجرها ونتيجة لذلك فقد ظنت نائلة إن فكري لم يعد يحبها أو يهتم بها وبمشاعرها.

لم يفهم فكري الحقيقة التي تقول إن المال لا يمكن أن يوقف مشاعر المرأة بالملل والضجر والتشكي، لا يمكن للمال أن يزيل ذلك إذ إنّ المرأة سواء في حالة الغنى أو الفقر فإن الموجة عندها لا تبقى على حال واحد، فلا بد لتلك الموجة من التحرك، لا بد لها أن تنزل إلى الأسفل وعندها تتغير حالتها النفسية وتبدأ عليها علامات الملل والتضجر وتبدأ بالشكوى. ونتيجة لعدم فهم فكري لهذه الحقيقة فإن المشاكل كثرت بينهما وساءت الأمور. ومن المضحك إنه كلما ازداد غناً كلما ازدادت المشاكل بينهما.

في حالة الفقر كان محور تشكي نائلة منصبّ على المادة والحاجة إلى تحسين الوضع المادي، ولكن بعد أن اغتنيا وانتقلا من مرحلة الفقر وودعاها انتقل محور شكاوى نائلة إلى الناحية العاطفية وحاجتها إليها وتقصير فكري في ذلك المجال. وطبعاً فإن هذا التغيّر في محور الشكوى هو شيء طبيعي ومفهوم.

المرأة الغنية وحاجتها إلى الضجر والتشكي:

كتب أحدهم مقالاً نشرته إحدى الصحف اليومية يذكر فيه إن المرأة الغنية تحتاج إلى طبيب نفساني غني ليتمكن من تفهم شكواها وليتعاطف معها!.

يظن الناس وبالذات الأزواج إن المرأة الغنية لا تحتاج بل ولا يحق لها أن تشعر بالانزعاج والتضجر، فما الذي يمكن أن يكدر خاطرها وينغص عليها عيشها وهي صاحبة تلك الأموال الطائلة؟، هذا هراء ولا يمكن أن يقبل. لا يحق للمرأة أن تكون مثل الموجة ترتفع وتهبط وتتغير حالتها النفسية تبعاً لذلك. ما يتوقعه الناس من المرأة الغنية هو شعورها الدائم بالسعادة والهناء والسبب في ذلك هو إنها تستطيع أن تحصل على كل ما تريد عن طريق الأموال، كيف يمكن لمرأة كهذه أن تشعر بالتعاسة؟!.

هذا التصور خاطىء ومهين للمرأة، فبالرغم من المال والجاه والمنزلة الاجتماعية والظروف الممتازة المحيطة بالمرأة الغنية إلا إنها تحتاج إلى النزول إلى ذلك البئر المظلم ومن ثم الارتفاع، تحتاج المرأة إلى أن تطلق العنان لموجتها والسماح لها بالنزول إلى الأسفل، تحتاج إلى ذلك. تشجع فكري عندما عرف هذه الحقيقة عن المرأة وأقنع نفسه بأنه يمكن أن يعيش مع زوجته نائلة بسعادة، فهو الذي نجح في إسعادها في حالة الفقر فكيف يمكن له أن يعجز عن تحقيق مثل ذلك في حالة الغنى؟! أيقن فكري أن المال لا يمكن أن يعوض المرأة الغنية عن حاجتها العاطفية، وإن المرأة هي المرأة سواء في حالة الفقر أم في حالة الغنى. ستستمر المرأة دائماً في تموجها هذا ولن تتوقف عنه أبداً. سيكون هناك فترة نزول الموجة ووصولها للقاع ومن ثم الارتفاع، لن تتوقف هذه الدورة الطبيعية عند المرأة أبداً.

المشاعر وأهميتها:

إذا لم تحظى المرأة بالحب والرعاية والعطف والاهتمام من قبل الرجل عندما تكون في حالة نزولها إلى ذلك البئر، أي عندما تكون في حالة نفسية سيئة فإنها قد لا تشعر بالسعادة الحقيقية بعد ذلك. فلكي تشعر المرأة بالسعادة الحقيقية فإنها لا بد وأن تهبط إلى قاع البئر كي تتمكن من القيام بعملية التنظيف العاطفي وتنقية المشاعر، وهذه العملية تعتبر طبيعية وصحية جداً حيث بعد ذلك

النزول تتخلص المرأة من المشاعر السلبية والمخاوف. فمثلما نحن جميعاً كبشر ننشد السعادة والشعور بالحب فإننا كذلك ينتابنا ومن فترة لأخرى شعور الخوف والقلق والتعاسة والندم ويتوجب علينا التخلص من تلك المشاعر. كذلك المرأة فإن عملية النزول إلى البئر والخروج منه تساعدها على التخلص من مثل هذه المشاعر عندها.

وكذلك فإن الرجال يحتاجون إلى التعامل مع مشاعرهم السلبية كي يتمكنوا بعد ذلك من التمتع بالمشاعر الإيجابية. فعندما يدخل الرجل صومعته ويخلد هناك لنفسه ويلتزم جانب الصمت فإنه بذلك يتعامل ويعالج مشاعره السلبية ويحاول التخلص منها.

عندما تكون الموجة عند المرأة في حالة صعود إلى الأعلى وتتغير حالتها النفسية نحو الأفضل وتبدأ تشعر بالسعادة والفرحة مرة ثانية، فإننا نلاحظ عندها قناعة المرأة بما عندها وما حولها، ولكن عند نزول الموجة وتغيّر حالة المرأة النفسية ويبدأ عندها شعور الحزن والتعاسة والاكتئاب، نرى المرأة تشتكي وتتذمر وتبدأ بذكر ما ينقصها في حياتها. والتعليل هو إن المرأة عندما تكون في حالة نفسية جيدة تزداد عندها قابلية الرؤيا والتجاوب مع الأمور الجيدة في حياتها. ولكن عندما تكون في حالة نفسية غير مرتاحة فإن نظرة الحب والتجاوب تتغطى بسحابة سوداء كثيفة وتبدأ المرأة آنذاك تتجاوب تجاوباً سلبياً وتبدأ تنظر إلى ما ينقصها في حياتها.

يمكن أن نشبه ذلك بقدح فيه ماء إلى النصف، فعندما تكون الموجة عند المرأة في حالة ارتفاع وتكون في حالة نفسية جيدة فإنها ترى النصف المليان ولا تعير أهمية للنصف الفارغ، أما عندما تكون الموجة عند المرأة في حالة نزول وتكون حالتها النفسية غير مرتاحة فإنها في هذه الحالة ترى النصف الفارغ ولا تنتبه إلى النصف المليان. فالنصف الفارغ الذي لم تلاحظه عندما كانت الموجة عندها في حالة ارتفاع، تبدأ بالتركيز عليه عندما تنزل الموجة.

لا يتمكن الرجال من مساندة نسائهم والوقوف إلى جانبهن ومساعدتهن بدون معرفة هذه الحقيقة، حقيقة الموجة والتغيير النفسي الطبيعي الذي يحصل عند النساء. وإذا عرف الرجال هذه الحقيقة ووعوا إليها فإنهم سيتمكنوا من معرفة الوقت الذي يجب عليهم أن يقدموا فيه الحب والرعاية والاهتمام للنساء. وإذا قاموا بذلك فإنهم سيجنوا الكثير من ورائه.

الفصـــل الثامـــن

احتياجاتنا العاطفيـة

الإحتياجات العاطفية

هل هناك ما يسمى بالاحتياجات العاطفية؟ وإذا كان هناك إحتياجات عاطفية فهل إنها تتشابه عند الرجل والمرأة أم أن لكل منهما إحتياجات عاطفية تختلف عن الآخر؟.

هذا ما سنحاول بحثه وإلقاء الضوء عليه في هذا الفصل من الكتاب.

الجواب على سؤالنا أعلاه هو «نعم» وبدون أي شك، فإن للرجل والمرأة إحتياجات عاطفية لا بد من وجودها. ففي داخل كل من الرجل والمرأة أحاسيس وشعور وعواطف تعتريه وتؤثر على تصرفاته تأثيراً بالغاً وبناء على ذلك التأثير فإن تصرف الإنسان يكون تبعاً لها.

إلا إن الإحتياجات العاطفية عند الرجل تختلف تماماً عن الإحتياجات العاطفية عند المرأة، وللأسف فإن معظم الرجال والنساء لا يدركون حقيقة الاختلافات في الاحتياجات العاطفية لدى الجنسين؛ ونتيجة لذلك الجهل في الاحتياجات فإنهم لا يتمكنون من معرفة الكيفية والطريقة المثلى لفهم بعضهم البعض وتقديم المساعدة والمساندة المطلوبة وتجنّب المشاكل وسوء الفهم. فعندما يحاول الرجل القيام بعمل ما وذلك لأجل إسعاد المرأة وإدخال البهجة والفرحة إلى قلبها فإنه يقدم لها ما يحتاجه «رجل» آخر وليس ما تحتاجه المرأة.

وكذلك فعندما تحاول المرأة القيام بعمل ما يكون الهدف منه إسعاد الرجل فإنها تقدّم للرجل ما تحتاجه «امرأة» أخرى وليس ما يحتاجه الرجل.

وهنا وبطريق الخطأ يتصور كل من الرجل والمرأة أن احتياجات الطرف الآخر العاطفية هي طبقاً لاحتياجاته هو أو لاحتياجاتها هي، فالرجل يقدّر ويحاول أن يسد احتياجات المرأة العاطفية من منطلق احتياجاته هو شخصياً، وكذلك المرأة تقدّر وتسد احتياجات الرجل العاطفية من منطلق احتياجاتها هي شخصياً!.

ونتيجة لذلك التقدير الخاطىء، فإننا نرى وبدلاً من السعادة المرتقبة والمتوقعة، نرى الاثنان غير سعداء ويكون الجفاء وتوتر الأعصاب سيد الموقف.

وهنا فحسب تفكير الرجل فإنه يشعر بأن كل التضحيات والجهود التي بذلها من أجل سعادة المرأة التي يحبها لم تعد بأية نتائج طيبة وقد ذهبت أدراج الرياح. وكذلك المرأة فحسب تفكيرها فإنها قدمت وقدمت وقامت بتضحيات كثيرة من أجل إسعاد الرجل الذي تحب إلا إنه لم يقدّر أياً من تلك التضحيات وإن مجهودها كان سدى. والنتيجة هي عدم الاعتراف بالجميل من قبل الطرفين!.

الحقيقة هي إن كل من الرجل والمرأة يقومان وبكل حسن نية بتقديم الحب والحنان والمودة والمساعدة والمساندة ولكن بإسلوب خاطىء وبطريقة تجعل كل تلك التضحيات تنقلب إلى منغّصات يتضايق منها الطرف الآخر وبعض الأحيان يتصور إنها مضايقات متعمدة.

فعندما ترى المرأة زوجها في حالة نفسية قلقة وغير مرتاحة تقوم هي ومن منطلق المساعدة والمؤازرة ـ حسب تفكيرها ـ بطرح أسئلة عديدة على الرجل تحاول من خلالها واهمة مواساة زوجها وتهدأة أعصابه وإراحته.

وكما عرفنا سابقاً فإن طرح المرأة للأسئلة العديدة على الرجل وهو في حالة الانطواء والصمت والابتعاد تكون مزعجة جداً له وتثير أعصابه أكثر وأكثر، وقد يشعر الرجل في ذلك الوقت بمحاولة المرأة السيطرة عليه والتحكّم به فنراه وبصورة تلقائية يبتعد عنها أكثر من السابق وهنا تحتار المرأة المحبّة ولا تدري ما الذي يحصل وما العمل؟!.

تضع نفسها مكانه وتبدأ تتصور لو إنها هي التي كانت منزعجة وفي حالة نفسية قلقة، مثل الحالة التي عليها الزوج في ذلك الوقت، وعندها قام الرجل بمواساتها بنفس أسلوبها (وهو التحدث إليها وطرح الأسئلة) فما الذي يحصل آنذاك؟. الجواب هو بالطبع أن أعصابها ستهدأ وترتاح نفسياً وتعود إلى حالتها الطبيعية، فما الذي دهى الرجل إذاً؟ لقد فعلت بالضبط ما تصورته إلا أن النتيجة كانت معكوسة، لقد ازداد الرجل غضباً وابتعد أكثر، ماذا أصابه؟ لم لا يقدّر على الأقل جهودها التي بذلتها في محاولاتها لمساندته والوقوف إلى جنبه؟ لم نكران الجميل هذا؟.

ونفس الشيء بالنسبة للرجل، فعندما يلاحظ انزعاج المرأة وسوء حالتها النفسية، يهبّ الرجل ومن منطلق الحب والرعاية والاهتمام ويقوم بإطلاق عبارات سحرية، عبارات يتصور الرجل أن لها مفعولاً عجيباً وإنها بالتأكيد ستهدّأ من روع المرأة وتساعدها على الخروج من الحالة المزرية التي هي عليها وستنقلها إلى عالم آخر، عالم الفرحة والبهجة. يحاول الرجل تطييب خاطر المرأة وذلك بالتقليل من شأن المشكلة التي تعاني منها المرأة. فقد يقول (لا تهتمي، فالموضوع ليس بذلك الحجم الذي تتصوريه).

أو قد يحاول الرجل تجاهل الموقف وتجاهل حالة المرأة التي هي عليها اعتقاداً منه أن المرأة تحتاج إلى بعض الوقت للانفراد بنفسها وبعد ذلك ستهدأ وتعود إلى حالتها الطبيعية. تصرف الرجل هذا يزيد من غضب المرأة ويثير أعصابها ويجعلها تشعر أن الرجل لا يهتم بها ولا بمشاعرها ولا يكّن لها أي

تقدير أو احترام. وهنا وبدلاً من أن تكون المرأة متضايقة بسبب مشكلة واحدة، تصبح عندها مشكلتان، المشكلة الأساسية التي كانت تضايقها والمشكلة الجديدة وهي تصورها لشعور زوجها تجاهها.

وطبعاً فإننا نعلم إن ما قصده الرجل بتصرفه هذا هو عكس ما فهمته المرأة، نعم فالرجل هنا تصرف من منطلق تفكيره وما يمكن أن يساعده ويخفف عنه لو إنه هو الذي كان في ذلك الموقف. ما يريده الرجل عندما يكون متضايقاً أو أمامه مشكلة هو إما أن يختلي بنفسه وذلك للتفكير ومحاولة إيجاد حلاً للمشكلة، أو اعتقاده بأن المشكلة ليست بذلك الحجم الكبير الذي يتصوره، هذا ما يريح الرجل ولذلك نراه تصرّف مع المرأة من هذا المنطلق.

بدون فهمنا الحقيقي لهذه الفروقات في الاحتياجات العاطفية بين الرجل والمرأة لا يمكننا أبداً أن نسعد بعضنا البعض.

أنواع الحب:

احتياجات الرجل والمرأة العاطفية كثيرة جداً ومعقدة وهي تكاد تختلف من شخص لآخر، إلا أن هناك احتياجات أساسية للجميع ويمكن تلخيص معظمها على إنها الاحتياج للحب. ويمكن أن نقول أن لكل من الرجل والمرأة ستة احتياجات فريدة وخاصة للحب وهذه الاحتياجات متساوية في القدر والأهمية.

فالاحتياجات الأساسية عند الرجل هي: الثقة، القبول، التقدير، الإعجاب، الموافقة، وأخيراً التشجيع.

أما الاحتياجات الأساسية الستة عند المرأة فهي: الرعاية والاهتمام، التفهم، الاحترام، التكريس، الشرعية والتأييد، وأخيراً إعادة التأكيد والثقة.

تعتبر مهمة معرفة احتياجات الحب عند كل من الجنسين مهمة صعبة وشاقة ولا يمكن التعرف عليها بسهولة ولذلك يصبح من العسير جداً تحقيقها. ولكن كل ذلك الغموض وتلك الصعوبة تزول وتتلاشى وذلك من خلال معرفتنا

لأنواع الحب عند كل منهما، الرجل والمرأة. لذلك نذكر أدناه قائمة توضح تلك الاحتياجات عند الجنسين. وبمراجعتنا لهذه القائمة يمكننا وببساطة أن ندرك سبب عدم ارتياح الطرف الآخر أحياناً عندما نقوم بعمل ما القصد منه هو مساعدته على التخلص من الحالة النفسية السيئة وإعادته إلى حالته الطبيعية. وكذلك فإن هذه القائمة توضح لنا الطريق الصحيح الذي يمكن أن نسلكه لتطوير علاقتنا مع بعضنا البعض والابتعاد عن سوء فهم القصد والنية السليمة.

ما يحتاجه الرجل:

١ ـ الثقة به.

٢ ـ قبوله على ما هو عليه.

٣ ـ تقدير ما يقوم به.

٤ ـ الإعجاب به.

٥ ـ الموافقة على أعماله.

٦ ـ تشجيعه.

ما تحتاجه المرأة:

١ ـ الرعاية والاهتمام.

٢ ـ تفهمها.

٣ ـ احترامها.

٤ ـ تكريس الرجل حياته لها.

٥ ـ إعطاءها الأحقية وعدم إخبارها إنها على خطأ.

٦ ـ تأكيد الرجل المستمر لحبه لها.

لا شك إن كل من الرجل والمرأة يحتاجان إلى كل أنواع الحب المذكورة. فالتعرف على الأنواع الست الأساسية من الحب عند المرأة لا يعني أبداً أن الرجل لا يحتاج إليها، فالرجل أيضاً يحتاج إلى الرعاية والاهتمام به

وتفهمه واحترامه وتكريس المرأة حياتها له وتأييده وتكرار تأكيد المرأة لحبها له ومشاعرها تجاهه.

والمقصود من «الاحتياج الأساسي للحب» هو إيفاء الاحتياج الأساسي المطلوب قبل أن يتمكن الإنسان من استلام وتقدير الأنواع الأخرى من الحب. فبدون الحصول على الاحتياجات الأساسية الست سواء بالنسبة للرجل أو المرأة معناه هو عدم التمكن سواء بالنسبة للرجل أو المرأة من الوصول إلى قمة التجاوب والتقدير.

استيفاء الاحتياج الأساسي مطلوب أولاً:

يصل الرجل إلى قمة التجاوب والتقدير للإحتياجات الست الأساسية للحب عند المرأة، وهي كما ذكرنا سابقاً (الرعاية والاهتمام، التفهم، الاحترام، التكريس، الأحقية، التأكيد المستمر) عندما يشعر إنه استوفى احتياجاته الست الأساسية للحب.

وبالمقابل فإن المرأة أيضاً تصل إلى قمة التجاوب والتقدير للإحتياجات الست الأساسية للحب عند الرجل، وهي كما ذكرنا: (الثقة، القبول، التقدير، الإعجاب، الموافقة والتشجيع) عندما تشعر إنها استوفت احتياجاتها الست الأساسية للحب.

ففي مجال العلاقة بين الرجل والمرأة فإن أقوى سر لتطوير العلاقة هو معرفة أنواع الحب الأساسية التي يحتاج إليها الطرف الآخر. وبدون معرفة هذه الاحتياجات فإن الجهود المبذولة والنوايا الحسنة سوف لن تستقبل من الطرف الآخر كما ينبغي ولن تثمر.

من السهل على المرأة أن تقدم للرجل ما قد تحتاجه هي في ذلك الموقف متناسية تماماً أن ما يحتاجه الرجل يختلف تماماً عما تحتاجه هي كإمرأة.

وبالمقابل أيضاً فإنه من السهل على الرجل أن يقدم للمرأة ما قد يحتاجه

هو في ذلك الموقف متناسياً تماماً أن ما تحتاجه المرأة يختلف عما يحتاجه هو كرجل.

نعامل بعضنا البعض على أننا من نفس الجنس وإن احتياجاتنا متماثلة ومتشابهة!!.

أقوى وأكثر سمة عملية لهذا الفهم الجديد للحب هو كون هذه الأنواع المختلفة من الاحتياجات الأساسية للحب هي متبادلة بين الرجل والمرأة، فعندما يحاول الرجل التعبير عن رعايته واهتمامه بالمرأة وتفهمهما، عندها وبصورة تلقائية تبدأ المرأة بالتجاوب المتبادل مع الرجل وتظهر له ثقتها وقبولها إياه على ما هو عليه. وهذا النوع من التجاوب يعتبر من أساسيات ما يحتاج إليه الرجل في الحب.

ونفس الشيء يحصل عندما تحاول المرأة التعبير عن ثقتها بالرجل، عندها وبصورة تلقائية يبدأ الرجل بالتجاوب وذلك بإظهار رعايته واهتمامه بالمرأة. وهذا النوع من التجاوب أيضاً يعتبر من أساسيات ما تحتاج إليه المرأة في الحب.

سنحاول ومن خلال النقاط الست التالية توضيح الاثنا عشر نوعاً من الحب وبطريقة عملية تكشف التبادل الطبيعي بينهما:

١ ـ **تحتاج المرأة للرعاية والاهتمام ويحتاج الرجل إلى الثقة:**

عندما يبدي الرجل رغبته بالمرأة وبمشاعرها، تشعر المرأة آنذاك بإهتمام الرجل بها وإذا تمكن الرجل من إفهام المرأة وإقناعها بأنها إنسانة خاصة بالنسبة له ولها مكانة مرموقة في حياته، عندها يكون الرجل قد نجح في تحقيق احتياج المرأة الأساسي الأول للحب. وبعد أن تحصل المرأة على احتياجها الأساسي الأول للحب، ألا وهو شعورها باهتمام الرجل بها ورعايتها، يتولد عندها شعور الثقة بذلك الرجل. وعندما تثق المرأة بالرجل تصبح بعد ذلك أكثر استعداداً للتجاوب معه. وعندما تصبح

المرأة أكثر تجاوباً مع الرجل، فإن ذلك التجاوب يولّد عند الرجل الشعور بالثقة بنفسه وبقدراته على الحب والعطاء وإسعاد المرأة.

والثقة بالرجل هي اعتقاد المرأة بأن الرجل يهتم بها وإنه يبذل كل جهوده من أجل إسعادها وسد احتياجاتها ومتطلباتها وأنه دائم المحاولة لجلب أفضل الأشياء وأحسنها إليها. عندما تؤمن المرأة بكل ذلك وتبدأ تعامل الرجل على هذا الأساس ومن هذا المنطلق، عندها يستوفي الرجل احتياجه الأساسي الأول للحب، يستوفي شعوره بالثقة.

٢ ـ تحتاج المرأة للتفهم ويحتاج الرجل إلى القبول:

عندما تكون المرأة في حالة نفسية غير مرتاحة وذلك بسبب مشكلة ما أو نتيجة لهبوط الموجة عندها ونزولها إلى ذلك البئر المظلم فإنها تكون منزعجة جداً وتبدأ بذكر الكثير من المشاكل ولا تكاد تتوقف عن ذلك. وفي ذلك الوقت يكون الرجل العاقل في حالة استماع لمشاكلها ولشكواها، استماع يدل على الجدية والاهتمام والتعاطف. عندها تلاحظ المرأة ذلك وتشعر بأن هناك من يهتم بها ويستمع لشكواها وبالتالي تشعر بالراحة وهدوء الأعصاب وتعود إلى حالتها الطبيعية.

ونتيجة لشكواها واستماع الرجل لها وتعاطفه معها يتولّد عندها ميول أكثر نحو الرجل. وكلما زاد إحساس المرأة بتفهّم الرجل لها واستماعه لشكواها، كلما زاد عندها ذلك الميول وتبدأ بتقبّل الرجل على الوضع الذي هو عليه. ذلك القبول الذي يحتاج إليه الرجل، كذلك فإن الرجل يشعر بقبول المرأة له وذلك عندما تستقبله المرأة في حياتها على ما هو عليه وبدون محاولة إجراء أي تغيير فيه.

وما حصل لأخينا عدنان يعطي صورة واضحة لرفض الرجل لمحاولات المرأة في إجراء أي تغيير فيه، المصيبة عند المرأة هي إنها وبطبيعتها تحاول تطوير الرجل وتقوم بتشكيل «لجنة» لأجل تحقيق ذلك

وتستمر في محاولاتها تلك بالرغم من معارضة الرجل. إنها فعلاً مشكلة ومن الصعب على المرأة أن تتغلب عليها.

عدنان شاب مثقف وذكي وناجح في عمله، قرر البحث عن الفتاة المناسبة له وذلك بهدف الزواج والاستقرار. أثناء بحثه تعرّف على شابة مثقفة وذكية وناجحة أيضاً في حياتها العملية. تعرفا على بعض وكانت الحياة بالنسبة لهما مليئة بالعواطف والأشواق والتفاهم وبعد فترة قررا الاقتران ببعض، وتمت الخطوبة، وهنا ابتدأت المصيبة.

فبعد أن تمت الخطوبة ابتدأت أمال بالتفكير «بتطوير» عدنان. وذات يوم وبينما كان يتمشيان في أحد شوارع المدينة أبدت أمال عدم إعجابها بطريقة تسريح عدنان لشعره وطلبت منه أن يغيّرها، وبالرغم من أن ملاحظة أمال هذه أغضبت عدنان كثيراً ولم تعجبه إطلاقاً، إلا إنه ومن باب الأدب ظلّ ساكتاً ولم يرد عليها.

في اليوم التالي كررت أمال ملاحظتها ثانيةً وقامت بمحاولاتها من أجل إقناعه بالفكرة. رفض عدنان اقتراح أمال بأسلوب مؤدب ولم يتجاوب معها.

بعد فترة لمّحت أمال إلى عدم إعجابها بطريقة عدنان في اللبس وطلبت منه إجراء بعض التعديلات، وهنا ازداد عدنان غضباً وردّ عليها بإسلوب فيه نوع من الغضاضة أملاً بأن تفهم أمال جوابه وتكفّ عن تلك المحاولات.

لم تتوقف أمال عن محاولاتها تلك، وبالتالي اضطر عدنان إلى فسخ الخطوبة وإنهاء تلك العلاقة.

وعندما سُئل عدنان عن سبب فسخه الخطوبة، قال بكل غضب: (لا أدري ما الذي أعجب أمال وجعلها توافق على الخطوبة؟! لقد ابتدأت بالاعتراض على كل شيء: لم تعجبها تسريحة شعري، ولم تعجبها

طريقتي في اللبس، لقد اعترضت حتى على طريقتي في المشي والأكل!!! لا أدري إن كانت فعلاً أعجبت بي في البداية أم إنها لم تنتبه إلى كل هذه الأمور قبل الخطوبة، إننا شخصان مختلفان والحمد لله فإننا تداركنا الموقف قبل فوات الأوان وأنهينا العلاقة. أنا متأكد لو إننا استمرينا في العلاقة وتزوجنا فإن حياتي ستنقلب إلى جحيم؛ الظاهر إننا لا يمكن أن نعيش مع بعض).

قبول المرأة هذا لا يعني أبداً ولا يدل على إن الرجل كامل، فالكمال لله وحده سبحانه وتعالى، ولكن ذلك القبول يدل على اقتناع المرأة بالرجل على ما هو عليه ولا تنوي إجراء أي تعديلات فيه وإنها واثقة به لدرجة إنه يعرف ويقدّر إن كانت هناك أي تحسينات أو تعديلات مطلوبة وإنه سيقوم بذلك.

عندما يشعر الرجل بقبول المرأة به على ما هو عليه فإنه يصبح عندها من السهل عليه الاستماع للمرأة ومنحها ذلك التفهم الذي تحتاج إليه وتستحق.

٣ ـ **تحتاج المرأة للإحترام ويحتاج الرجل للتقدير:**

عندما يتجاوب الرجل مع المرأة ويضع في أولوية قائمته احتياجات ورغبات وحقوق المرأة، فإن المرأة تشعر باحترام الرجل لها.

وعندما تدل تصرفات الرجل اليومية على إنه فعلاً يحترم المرأة ويحترم شعورها ويأخذ بعين الاعتبار أفكارها ومشاركتها، فإن شعور احترام الرجل لها سيتأكد عندها أكثر وأكثر. تذكّر الرجل لبعض المناسبات العزيزة عند المرأة، مثل مناسبة الزواج أو عيد الميلاد أو زيارة أحد من أقاربها، كل ذلك يزيد من شعور المرأة باحترام الرجل لها، وعندما تشعر المرأة بذلك الاحترام فإنه يصبح من السهل عليها أن تعترف بالجميل وتبدأ بتقدير الرجل ومجهوداته المبذولة في سبيل إسعادها، ذلك التقدير الذي يستحقه الرجل.

فعندما يقدّم الرجل للمرأة بعض الأشياء وتقوم المرأة بإبداء شكرها وتقديرها، عندها يشعر الرجل بتقدير المرأة له ولصنيعه.

ومن طبيعة الرجل إنه عندما يشعر بأن المرأة تقدّره وتقدر جهوده التي يبذلها وإن جهوده تلك لم تذهب أدراج الرياح، فإنه يتشجع أكثر وأكثر على العطاء. وعندها وبصورة تلقائية فإن حبه للمرأة يزداد ويزداد كذلك احترامه لها.

٤ ـ **تحب المرأة التكريس ويحب الرجل الإعجاب:**

عندما يقوم الرجل بإعطاء متطلبات المرأة أولوية ويتعهد بكل فخر واعتزاز بمساندتها ومساعدتها، عندها تستوفي المرأة احتياجها الرابع للحب. ألا وهو تكريس الرجل حياته وجهوده لها ولإسعادها.

وعندما تشعر المرأة بحب الرجل لها وإنها المفضلة في حياته، يفضلها حتى على نفسه، عندها تشعر بالسعادة والانتعاش. وإذا ترسخ لديها شعور تكريس الرجل حياته وجهوده لها ولإسعادها وإنه يفضلها ويفضل اهتماماتها ومتطلباتها حتى على أفضلياته هو شخصياً، فإنها تبدأ بالإعجاب به.

ومثلما تحتاج المرأة إلى الشعور بتكريس الرجل حياته وجهوده لأجلها ولأجل إسعادها، فالرجل أيضاً عنده احتياج أساسي ألا وهو شعوره بإعجاب المرأة به. يشعر الرجل بذلك الإعجاب من قبل المرأة وذلك عندما يلاحظ عليها علامات تدل على الإعجاب به وبشخصيته وبمواهبه. مثل إعجابها بقوة شخصيته ومرحه وأمانته وصراحته وروح العزم والمثابرة وما شاكل ذلك.

وعندما يشعر الرجل بإعجاب المرأة به فإنه يشعر وقتها بالأمان. وإذا شعر بالأمان مع المرأة فإنه بعد ذلك يزيد من تكريس حياته وجهوده ووقته للمرأة ولإسعادها.

٥ ـ تحتاج المرأة لإعطاء الأحقية ويحتاج الرجل إلى التأييد:

في حالة حصول أي جدل بين الرجل والمرأة أو عندما تكون المرأة في حالة نفسية غير مرتاحة وتكثر من الشكاوي، فإذا ابتعد الرجل عن الخوض في الجدل مع المرأة أو إذا حاول عدم مجادلتها أو الاعتراض على مشاعرها ومتطلباتها ويحاول أن يتفهم موقفها ويعطيها الأحقية في وضعها ذلك، فما يحصل بالنسبة للمرأة هو إنها تشعر بالسعادة والحب وذلك لأنها تكون قد حصلت على احتياجها الأساسي الخامس من الحب. وهذا النوع من التصرف من قبل الرجل يعطي المرأة شعور الحرية أكثر من السابق.

عندما يتعلم الرجل الأسلوب الصحيح الذي يجعل فيه المرأة تشعر بأنه يحترمها ويحترم آراءها ولا يسخر منها فإنه وبدون أي شك سيحصل من المرأة على التأييد، وهذا التأييد هو احتياج الرجل الأساسي الخامس من الحب.

من المسلّم به أن كل رجل يحاول أن يكون البطل وفارس الأحلام في نظر المرأة. وأفضل إشارة يمكن للرجل من خلالها أن يفهم إنه حصل على ذلك، هو تأييد المرأة. تأييد المرأة معناه اعترافها بطيبة الرجل وقناعتها به وإنه هو الذي يملي عيناها.

وهنا علينا أن نضع في الحسبان إن تأييد المرأة للرجل لا تعني به موافقتها الدائمة على كل ما يقوم به الرجل من أعمال. ليس من الضروري أن يكون مبدأ الموافقة معناه الموافقة على عين العمل بذاته، ولكن قد يكون مبدأ الموافقة معناه الموافقة على الأسباب والنوايا الحسنة التي دفعت الرجل للقيام بذلك العمل. فعندما يعود الرجل من العمل وفي طريقه إلى البيت يتوقف في أحد المطاعم ويجلب طعام الغداء لزوجته وعند وصوله يتفاجأ بزوجته وهي أعدّت مائدة الطعام وفي انتظار عودته.

عمل الرجل لم يكن نافعاً أو مجدياً إذ إن الزوجة قد أعدّت طعام الغداء ولم يكن هناك أي داع للزوج لأن يجلب معه أي شيء، إلا إن نية الرجل كانت مساعدة الزوجة والترفيه عنها وإراحتها من إعداد الطعام ذلك اليوم. هنا يعتمد الموقف على تصرف المرأة والزاوية التي تنظر الزوجة من خلالها للموقف. هل ستنظر إليه على أن الزوج قد أخطأ في عمله هذا وإنه قد ضيّع بعض الوقت والمال أو إنها ستنظر إلى نوايا الزوج الحسنة وتقول: (لقد فعلت خيراً بجلبك الطعام، الحقيقة إن الطعام الموجود يكفينا للغداء فقط، وإني أشعر ببعض التعب ولن أتمكن من إعداد طعام العشاء، وما جلبته معك سيكون عشاءنا لهذه الليلة).

وطبعاً فإن النتائج المرتقبة لمثل هذا الموقف تكون معتمدة كلياً على ردة فعل الزوجة. عندما يحصل الرجل على الموافقة التي يحتاجها فإنه وبطبيعته يصبح من السهل عليه أن يتفهم مشاعر المرأة ويعطيها أحقية خاصة في شعورها.

٦ - **تحتاج المرأة إلى التأكيد المستمر ويحتاج الرجل إلى التشجيع:**

عندما تبدو على الرجل وعلى تصرفاته المستمرة علامات تدل على الرعاية والتفهم والاحترام وإعطاء الأحقية والتكريس للمرأة فإنها تحصل بصورة تلقائية على احتياجها الأساسي السادس للحب، ألا وهو «التأكيد المستمر». ما تريده المرأة من الرجل هو أن تكون حبيبته ومحور اهتمامه، ومبدأ التأكيد المستمر يعطي المرأة هذا الشعور.

يظن الرجل وبطريق الخطأ إنه في حالة تقديمه للمرأة احتياجاتها الأساسية للحب فإنه ومن باب البديهية أن تفهم المرأة وتتأكد من حبه لها واهتمامه بها ولا داعي أبداً أن يقوم هو بالتكرار المستمر لتأكيد كل ذلك. لقد أكد لها وبرهن على حبه وإخلاصه وتفانيه من أجلها، فما الداعي إلى الإعادة والتكرار؟ إنه أمر يبعث على الملل والضجر!.

هذا خطأ كبير يقع فيه معظم الرجال إن لم نقل كلهم، نعم فمعظم الرجال يعتقدون إن المرأة وبعد كل هذه السنين لا بد وأن تفهم بأن الرجل عاش معها وكان مثالاً للإخلاص والتضحية وبرهن على حبه وتمسكه بالمرأة التي يحبها وهذا دليل كاف على حقيقة مشاعره.

الحقيقة هو عدم التكرار بالنسبة للمرأة يعني أن هناك خلل في العلاقة بينها وبين الرجل وبذلك فإنها تفقد احتياجها الأساسي السادس للحب. ولكي تطمئن المرأة وتبقى الأمور طبيعية فإن التأكيد هو الوسيلة الوحيدة التي يمكن من خلالها منح المرأة احتياجها الأساسي السادس، وبحصولها على ذلك يرتاح بالها وتزول كل تلك الشكوك.

يبقى احتياج الرجل الأساسي السادس للحب، ألا وهو التشجيع. مبدأ التشجيع وتقوية العزيمة عند الرجل يتم من خلال إبداء المرأة ثقتها به وبقابلياته وبشخصيته، وعندما تقوم المرأة بمنح الرجل الثقة والموافقة والتقدير والإعجاب والتأييد فإن ذلك كله يشجّع الرجل على الشعور بأنه هو الشخص المفضل عند المرأة وإنه البطل في نظرها.

وما ينتج عن ذلك هو إن الرجل وبعد أن يشعر بأنه هو المفضل عند المرأة فإنه وبصورة تلقائية يتشجع أكثر ويتحمس على القيام بتأكيد حبه للمرأة واحتياجه لها في حياته. وطبعاً فإن النتيجة هذه تكون من صالح المرأة أيضاً، إذ إن التأكيد هو حاجة أساسية عندها. ومن طبائع الرجل التي فطر عليها هو أنه يكون في قمة العطاء والسخاء وذلك عندما يشعر بأنه قد حصل على كل احتياجاته الأساسية للحب.

المصيبة تكمن في عدم فهم المرأة لما تطرقنا إليه وذكرناه، فقد تتصرف المرأة مع الرجل وتحاول إسعاده بطريقتها الخاصة. تلك الطريقة التي تكون نافعة ومجدية وتؤدي إلى نتائج طيبة لو إنها استعملتها مع امرأة أخرى وليس مع رجل. نعم، فجهل المرأة لاحتياجات الرجل الأساسية

للحب قد يؤدي إلى نتائج عكسية وبالتالي خلق مشاكل جديدة فقد تقوم المرأة بتقديم الرعاية للرجل بدلاً من الثقة وذلك بالتأكيد يؤدي إلى تدهور في العلاقة بدلاً من تطويرها، أو قد تقوم بتقديم التفهم بدلاً من القبول، وهكذا.

تنكيد غير مقصود:

حياتنا اليومية العامة مليئة بالمحادثات، محادثات بين رجل ورجل آخر، أو بين امرأة وامرأة أخرى، أو بين رجل وامرأة.

تسير المحادثات في الحالتين الأولتين، رجل مع رجل آخر أو امرأة مع امرأة أخرى، بصورة طبيعية حيث يكون التفاهم بينهم يسير ولا يكون هناك أي لبس أو غموض، وتكون النتائج تبعاً للأمور التي تكون محور الحديث والنقاش.

المصيبة الكبرى هي عندما يكون الحديث بين رجل وامرأة، وتكبر المصيبة عندما يكون الحديث بين الزوج والزوجة، فبدون الإلمام بمتطلبات الجنس الآخر لا يمكن أن يمر ذلك الحديث بصورة تخلو من جرح شعور بعضهم البعض. فالرجل يتكلم بإسلوبه الخاص والذي غالباً ما لا يكون مقبولاً عند المرأة، وكذلك تتكلم المرأة بإسلوبها الخاص والذي غالباً ما لا يكون مقبولاً عند الرجل. نرى ومن خلال المحادثات التي تحصل بين الرجال والنساء والتي تفتقد إلى عنصر الإلمام والدراية بمتطلبات الجنس الآخر، نرى كيف يقوم الرجال بجرح شعور النساء وتسبب الأذى عندهن، وكذلك نرى نفس الشيء يحصل من قِبل النساء عندما يتحدثن إلى الرجال. لا أحد يعرف ما يريده وما يحتاجه الآخر، فالرجل يتكلم إلى المرأة ويعاملها من منطلق أسلوبه الرجولي في الحياة وطريقة تفكيره البحتة والخالية من أية اعتبارات لاحتياجات المرأة، تلك الاحتياجات التي تختلف تماماً عن احتياجاته.

وكذلك المرأة، فإنها تكلّم الرجل وتعامله من منطلق أسلوبها النسائي في

الحياة وطريقة تفكيرها البحتة والتي تكون خالية تماماً من أية اعتبارات لاحتياجات الرجل التي تختلف تماماً عن احتياجاتها كإمرأة، كثيراً ما يحصل ذلك في حياتنا اليومية.

تحصل هذه الأشياء في حياتنا اليومية والتي تجرّ إلى سوء التفاهم بين الجنسين، وقد تمتد أحياناً إلى أبعد من ذلك، فقد تصل إلى درجة التكدّر والزعل أو حتى الخصام. نعم، فالرجل يشعر بجرح لشعوره وذلك عند عدم حصوله على احتياجه الأساسي للحب. وقد لا تنتبه المرأة عندما تتحدث إلى الرجل إلى أن أسلوب الكلام الذي تستخدمه يعتبر جارحاً لشعور الرجل ولكرامته، قد تحاول المرأة التزام جانب الحذر ومراعاة شعور الرجل عند التحدث إليه، ولكنها وبسبب الاختلاف في الاحتياجات الأساسية بين الرجل والمرأة قد تقول أشياء لا يكون لها وقعاً جيداً على مسامع الرجل وعندها تكون النتائج عكسية.

من خلال معرفة المرأة لاحتياجات الرجل الأساسية للحب فإنها تستطيع أن تكون أكثر انتباهاً وحذراً إلى المصادر التي تؤدي إلى تعكير صفو الجو بينها وبين الرجل.

توضح القائمة التالية أخطاء النساء الشائعة في الكلام التي لا تستوفي متطلبات الرجل الأساسية للحب والتي قد تجر بالتالي إلى مشاكل جديدة لا داعي لها أصلاً:

ما تقوله المرأة:

١ ـ تحاول المرأة تحسين أسلوب الرجل وذلك من خلال تقديم النصائح المجانية والتي لم يطلبها الرجل.

٢ ـ تحاول المرأة التغيير أوالسيطرة على أسلوب الرجل وتصرفه وذلك بمشاركة ضجرها وشعورها السلبي معه «هنا نذكر أنه لا بأس من مشاركة المشاعر ولكن شريطة أن لا تكون بشكل عقاب للرجل».

٣ ـ لا تعترف المرأة بجميل ما صنع الرجل لها ومن أجلها، وبدلاً من ذلك تبدأ بالتشكي وذكر ما ينقصها من أشياء أخرى.

٤ ـ تقوم المرأة بتصحيح تصرفات الرجل وتخبره بما عليه أن يفعل، تعامله معاملة الأطفال.

٥ ـ تعبّر المرأة عن تعاستها وشعورها السلبي بصورة غير مباشرة وبشكل ينمّ عن المبالغة، كقولها: «كيف يمكن لك أن تفعل ذلك».

٦ ـ تقوم المرأة بتصحيح أو انتقاد الرجل وذلك عندما يقرر شيئاً أو عندما يبادر في اتخاذ القرار.

ما يشعر به الرجل:

١ ـ يشعر الرجل بعدم حب المرأة له ويعتقد أن المرأة لم تعد تثق به.

٢ ـ يشعر الرجل بعدم حب المرأة له ويعتقد إنها لا تقبله على ما هو عليه.

٣ ـ يشعر الرجل باستعباد المرأة له وإنها لم تعد تحبه إذ إنها لا تقدّر صنيعه.

٤ ـ يشعر الرجل بعدم حب المرأة له إذ إنها لم تعد معجبة به.

٥ ـ يشعر الرجل بعدم حب المرأة له إذ إنها سحبت منه تأييدها ولم يعد هو بنظرها الرجل المفضل.

٦ ـ يشعر الرجل بعدم حب المرأة له لأنها لا تشجعه على اتخاذ قرار أو القيام بعمل ما بنفسه وحسب تفكيره لوحده.

ومثلما ترتكب المرأة الأخطاء بسهولة وذلك لجهلها بمتطلبات الرجل الأساسية للحب، فالرجال أيضاً يقومون بأخطاء والسبب هو جهلهم بمتطلبات المرأة الأساسية للحب. فالرجال عادة لا ينتبهون إلى أسلوبهم في الكلام مع النساء ذلك الأسلوب الذي يكون من وجهة نظر النساء دليلاً على عدم الاحترام وعدم المساعدة والمساندة.

قد يشعر ويلاحظ الرجل غضب المرأة وتعاستها وعدم رضاها عليه وعلى تصرفاته، إلا أنه وقبل أن يغيّر من موقفه يصرّ على معرفة السبب في شعورها ذلك، لا بد وأن يعرف السبب.

يتمكن الرجل ومن خلال معرفته للإحتياجات الأساسية للحب بالنسبة للمرأة أن يكون أكثر حساسية واحتراماً للمرأة ومشاعرها وذلك عند التحدث إليها والتعامل معها.

توضح القائمة التالية أخطاء الرجال الشائعة وذلك عند تحدثهم إلى النساء وتعاملهم معهن. تلك الأخطاء التي تتجاهل ولا تستوفي متطلبات النساء الأساسية من الحب.

ما يقوله الرجل:

١ ـ لا يستمع لما تقوله المرأة وبدلاً من ذلك يقوم بمقاطعتها لأدنى سبب ولا يقوم بطرح أي سؤال يدل على اهتمامه بالمرأة وما تتحدث عنه.

٢ ـ لا يكترث بمشاعرها عند تحدثها إليه. ويقوم بطرح الحلول والنصائح ظناً منه إنها تبحث عن حل أو مساعدة.

٣ ـ يقوم بالاستماع للمرأة عند تحدثها إليه وبعد ذلك يغضب، ومن ثم يحاول وضع اللوم عليها في غضبه وفوران دمه.

٤ ـ يقوم الرجل بالتقليل من أهمية مشاعر واحتياجات المرأة. يجعلها تشعر بأن العمل والأطفال أكثر أهمية منها ومن الموضوع الذي تتحدث عنه.

٥ ـ عند حصول أي خلاف أو سوء تفاهم مع المرأة تشعر وقتها المرأة بالتعاسة، يقوم الرجل بتوضيح وجهة نظره والتي يحاول من خلالها أن يثبت إنه على حق وإن المرأة على خطاء.

٦ ـ أثناء المحادثة مع المرأة فالرجل إما أن يبقى صامتاً ولا يقول أي شيء أو ينصرف عنها ويتركها لوحدها.

ما تشعر به المرأة:

١ ـ تشعر المرأة بعدم حب الرجل لها وذلك لإظهاره عدم الانتباه لكلامها وعدم اهتمامه بها.

٢ ـ تشعر المرأة بعدم حب الرجل لها وذلك بسبب عدم فهمه لحقيقة شعورها.

٣ ـ تشعر المرأة بعدم حب الرجل لها وذلك لعدم احترامه لمشاعرها.

٤ ـ تشعر المرأة بعدم حب الرجل لها وذلك لأنه لا يكرّس حياته ووقته لها ولا يعاملها على إنها إنسانة مهمة في حياته.

٥ ـ تشعر المرأة بعدم حب الرجل لها وذلك لأنه لا يعطيها الحق في مشاعرها ويعترض على كونها في حالة تعاسة وعدم رضا، وكذلك فإن الرجل يجعلها تشعر بأنها على خطأ وإنه لا يساندها ولا يقف إلى جانبها.

٦ ـ تشعر المرأة بعدم الأمان إذ أنها لم تحصل على إعادة تأكيد الرجل على حبه لها.

عندما يفشل الحب:

هل فعلاً نتعجب عندما يفشل الحب؟ نعم، فكثير منا وبعد أن نقضي فترة من التعامل والمعايشة مع النساء نصل إلى درجة الاستسلام واليأس، ولا نعرف السبب أو الأسباب الحقيقية التي أوصلت الأمور إلى ما آلت إليه، ويا ليتنا كنا نعرف السبب أو الأسباب.

كان ذلك قبل معرفتنا للفوارق في الاحتياجات الأساسية للحب بين الرجل والمرأة. ولكن بعد أن ذكرنا الفوارق الأساسية بين الجنسين، نستطيع أن نفهم وبسهولة لماذا يفشل الحب والأسباب التي ساهمت في ذلك الفشل. إذ إنَّ ما يقدمه الرجل للمرأة سواء في حالة الرضا أو الغضب هو خلاف ما تريده المرأة في تلك اللحظة. يقدم لها النصائح والحلول وهي لا تبتغي ذلك، كل ما تريده المرأة في تلك اللحظة هو مجرد استماع الرجل لشكواها وليس أكثر، يقدم

الرجل نصائحه ظناً منه أن المرأة تطلب ذلك وهي في أمس الحاجة إليها.

تزداد المرأة غضباً ويتأزم الموقف، وعندما يرى الرجل ردة فعل المرأة هذه، يغضب هو أيضاً وينتهي الموقف بحالة أسوأ مما كانت عليه في البداية.

كذلك فعندما يكون الرجل في حالة انسحاب وانطواء ويود العزلة والابتعاد، تقوم المرأة بتقديم الرعاية والعناية وتحاول أن تجره إلى الكلام ظناً منها أن ذلك هو العلاج الناجع وإنه سيساعد الرجل على الخروج من حالته التي هو عليها. ما يريده الرجل في هذه الحالة هو عكس ذلك بالضبط يريد الانزواء والاختلاء بنفسه ولا يود التحدث إلى أي شخص آخر، فالرجل في هذه الحالة هو في حالة إعادة حسابات أو إنه يواجه مشكلة ما ويحاول أن يجد لها الحل المناسب وبدون أية مساعدة من الآخرين. لا يريد من أي إنسان أن يقطع عليه سلسلة أفكاره.

وهنا تكون ردة فعل الرجل تماماً عكس ما تتوقع المرأة، فالمرأة قامت بذلك بكل حسن نية وكانت تحاول مساعدة الرجل على الخروج من حالة الصمت ولكن الرجل وبدلاً من أن تتحسن حالته، هاج وماج وبدأ بالكلام الجارح! تحتار المرأة لردة فعل الرجل ولهذه النتيجة السلبية ولا تعلم سر كل ذلك.

تستمر المرأة في محاولاتها ويزداد الرجل غضباً، ونتيجة لذلك تغضب المرأة أيضاً ويكبر الموضوع وقد ينتهي بمشكلة، والأمثلة على ذلك عديدة وكثيرة.

اشتكت الزوجة صبيحة قائلة: لا يمكن أن أكون أنا التي تقدم وتضحي دائماً وليس هناك أي مردود، أو حتى اعتراف بالجميل؟! أنا فعلاً أحب زوجي إلا أنه وللأسف لا يحبني. وعندما سُئل الزوج صبحي عن وضعه مع زوجته صبيحة ورأيه في تلك العلاقة، رد قائلاً: مهما قدمت فإنه لا يكفي؟ لا أدري ما الذي عليَّ أن أفعله كي أجعلها تشعر بالسعادة ومن ثم أكسب رضاها عني؟ لقد

قمت بالمستحيل وجربت كل شيء أعرفه، وللأسف فالنتيجة هي أن زوجتي لا تزال غاضبة عليَّ، إنها لم تعد تحبني بالرغم من إني أحبها، المشكلة إننا في خلافات مستمرة ويصعب علينا أن نفهم بعضنا البعض ولا أدري ما السبب؟!.

مضى على زواج صبحي وصبيحة ثمان سنوات، وخلال هذه السنوات الطوال حاول كل من الزوج والزوجة إسعاد بعضهما البعض، وطبعاً فإن كل منهما كان يحاول على طريقته الخاصة، تلك الطريقة التي تخلو من معرفة الاحتياجات الأساسية للحب والتي هي مختلفة عند كل من الرجل والمرأة. عامل الزوج صبحي زوجته صبيحة معاملة الرجل، وكذلك عاملت الزوجة صبيحة زوجها صبحي معاملة المرأة، لم ينتبه أي منهما إلى حقيقة ما يحتاجه الطرف الآخر بصورة علمية.

بعد كل هذه السنين من المحاولات الغير مجدية وصل كلاهما إلى مرحلة اليأس والاستسلام، نعم وصلا إلى نقطة اللاعودة وقررا الانفصال والطلاق البغيض.

ومن السخرية أن كل من الزوج والزوجة يشعر بأنه كان دائم وكثير العطاء إلا أن الطرف الآخر لم يقدّر كل ذلك وقابل الإحسان بالنكران.

فقد اعتقدت صبيحة بأنها كانت دائمة العطاء والتضحية، بينما اعتقد الزوج صبحي بأنه هو الذي كان دائم العطاء والتضحية.

الحقيقة هي أن كلا الزوجين كانا كثيرا العطاء والتضحية، نعم فقد قدم كل منهما كل ما عنده من أجل إسعاد الطرف الآخر، ولكن لم يستقبل أياً منهم العطاء الذي كان يريده ويحتاجه من الطرف الآخر.

ما حصل هو أنه وبسبب جهل كل من الزوجين لإحتياجات الطرف الآخر الأساسية من الحب، فقد فشل كلاهما في إيصال حبه الحقيقي للطرف الآخر. فالزوجة صبيحة كانت تقدم لزوجها صبحي ما كانت هي تحتاج إليه في ذلك الموقف، وكذلك كان الزوج صبحي يقدم لزوجته ما كان هو يحتاجه في ذلك

الموقف. وبمرور الزمن ازدادت المشاكل وتكدست وأصبحت مصدر تعاسة للإثنين.

عندما تكثر المشاكل وتستعصي وتصبح معايشتها مستحيلة أو شبه ذلك نرى كثير من الناس تصل بهم الحالة إلى درجة اليأس والاستسلام وبعد فترة يقرروا إنهاء تلك العلاقة الزوجية.

ولكن لو حاول كل من الرجل والمرأة معرفة وتفهّم الاحتياجات الأساسية للحب لكل من الرجل والمرأة، لأصبح وقتها من السهل عليهم أن يفهموا بعضهم البعض ويقدموا ما يحتاج إليه الطرف الآخر بصورة صحيحة ولانتهت تلك المشاكل وحلت محلها الإبتسامة وراحة البال. ليس من المهم أن نعطي ونقدم بصورة عشوائية غير علمية، المهم هو العطاء الصحيح. لا نقدم للطرف الآخر ما نحتاجه نحن، ولكن علينا أن نقدم للطرف الآخر ما يحتاجه هو. وكما يقال فإن العبرة ليست في الكثرة وإنما في النوعية، فالكثرة مع فساد النوعية لا قيمة لها أبداً، وقد تصبح مصدر شقاء بدلاً من مصدر سعادة، إلا إن النوعية هي المعتبرة والتي تقود بالتالي إلى نتائج طيبة.

لو إننا فهمنا الاثنا عشر نوعاً من الاحتياجات الأساسية للحب لكل من الرجل والمرأة لاستطعنا عندها إسعاد بعضنا البعض وتمكنا من العيش مع أزواجنا وزوجاتنا بسعادة وحب وكوّنا عائلة سعيدة يحسدنا الآخرين عليها.

تعلّم الاستماع بعيداً عن الغضب:

الطريقة المثلى التي يستطيع الرجل من خلالها النجاح في تحقيق الاحتياج الأساسي الأول من الحب بالنسبة للمرأة هي المحادثة.

فالمحادثة بالنسبة للمرأة أمر أساسي ومهم وإذا نجح الرجل في المحادثة والاستماع للمرأة فإنه يكون بذلك قد حقق للمرأة عنصراً مهماً جداً في حياتها.

عندما تتكلم المرأة فإن أكبر مشاكل الرجل في الاستماع إليها هي نفاذ صبره ومن ثم غضبه. يغضب الرجل طبيعياً وذلك لاختلاف الجنسين، نعم

يغضب الرجل لأنه في تلك اللحظة ينسى أن زوجته التي واقفة أمامه وتكلمه هي من العنصر النسائي وليست من العنصر الرجالي. تتكلم من منطلق كونها امرأة، وبالتأكيد فإن أسلوبها في الكلام يختلف عن أسلوبه كرجل، فالكلام والإطالة فيه والتشعب هو سمة من سمات النساء، والكلام بالنسبة لهن عنصر أساسي في الحياة وله أهمية بالغة.

توضح القائمة التالية بعض الطرق التي تساعدنا على تذكّر تلك الاختلافات بين الرجل والمرأة وكذلك بعض الاقتراحات لما نقول أو نفعل وقت المحادثة وذلك أملاً في الحيلولة دون الوقوع في الأخطاء التي قد تؤدي إلى تأزم الموقف.

ما يجب تذكّره:

١ ـ علينا أن نتذكر أن الغضب يتولد بسبب عدم فهم الرجل لقصد المرأة أثناء الكلام. عدم الفهم هذا ليس خطأ المرأة أبداً.

٢ ـ علينا أن نتذكر أن كلام المرأة أحياناً عن المشاعر والعواطف ليس له معنى في تلك اللحظة، ولكن كلامها بصورة عامة مهم ويحتاج الرجل إلى الاستماع إليه.

٣ ـ علينا أن نتذكر أن الغضب قد يتولد نتيجة عدم معرفتنا لإصلاح الأمور، وحتى لو إن حالة المرأة النفسية لم تتحسن في تلك اللحظة، إلا أن استماع الرجل وإصغائه للمرأة يساعدها كثيراً.

٤ ـ علينا أن نتذكر إنه ليس من الضروري أن نوافق دائماً على وجهة نظر المرأة أو أن نستمر في الإصغاء إليها.

٥ ـ علينا أن نتذكر إنه ليس من الضروري أن نتفهم وجهة نظر المرأة كي نكون قد نجحنا في كوننا مستمعين جيدين.

٦ ـ علينا أن نتذكر إن الرجل ليس مسؤولاً عن الحالة النفسية المزرية التي

تعتري المرأة. وقد يفهم الرجل من خلال كلام المرأة على إنها تحاول إيقاع اللوم عليه، هذا غير صحيح فكل ما تريده المرأة في ذلك الوقت هو استماع الرجل لها وتفهم شكواها.

٧ ـ علينا أن نتذكر إنه في حالة إصرار المرأة على موقفها وعدم توقفها عن الكلام والذي يولّد ضغطاً على الرجل وعلى أعصابه بحيث يدفعه إلى الغضب، فإنها في تلك اللحظة قد لا تثق بالرجل فالمرأة في داخلها مثل الطفلة الخائفة من أن يؤذيها أي أحد، إنها تحتاج لعطف الرجل وحنانه.

ما نفعل وما لا نفعل:

١ ـ على الرجل أن يحاول فهم مقصود كلام المرأة، وإذا غضب الرجل فلا يضع لوم غضبه على عاتق المرأة وعليه أن يحاول من جديد أن يفهم قصدها بالضبط.

٢ ـ في هذه الحالة على الرجل أن يأخذ نفساً عميقاً ولا يقل أي شيء. عليه أن يسترخي ويحاول السيطرة على أعصابه، عليه أن يتذكر جمال زوجته والأوقات السعيدة التي قضاها وسيقضيها معها.

٣ ـ على الرجل أن لا يلوم المرأة إذا لم تتحسن حالتها النفسية عند سماعها للرجل وهو يحاول حل المشكلة، كيف يمكن أن تتحسن حالتها النفسية؟! كل ما تريده المرأة هو مجرد الاستماع إليها وليس الحلول، على الرجل أن يبتعد عن طرح الحلول.

٤ ـ إذا أراد الرجل أن يعبّر عن وجهة نظره الخاصة والتي تخالف وجهة نظر المرأة فعليه أن يعيد ما قالته المرأة ويؤكد على إظهار وجهة نظرها بإسلوب لفظي مختلف، ومن ثم وبكل هدوء وصوت معتدل بعيداً عن الصراخ يطرح وجهة نظره.

٥ ـ على الرجل أن يوضح للمرأة إنه لم يفهم قصدها في الكلام الذي قالته وأنه بودّه أن يفهم. على الرجل أن يفهم قصد المرأة وأن يبتعد عن فكرة كون

المرأة غير قادرة على التعبير عن نفسها وإيصال المعلومات للآخرين.

٦ ـ على الرجل أن يبتعد عن مقاطعة المرأة محاولاً الدفاع عن نفسه، عليه أن ينتظر إلى أن تصل المرأة إلى نقطة تشعر فيها أن الرجل مهتم بها وبمشاعرها؛ بعد ذلك وبكل هدوء ولطافة يمكن للرجل أن يعبّر عما يريد ويشرح الموقف للمرأة أو يقوم بتقديم نوع من الاعتذار.

٧ ـ على الرجل أن لا يجادل المرأة في مشاعرها وآرائها، عليه أن يأخذ وقتاً كافياً ويحاول أن يناقش الموضوع مع المرأة في وقت آخر، وقت يكون فيه الهدوء سيد الموقف وليس هناك أية تشنجات.

استماع الرجل للمرأة وخصوصاً في حالة الغضب والاستياء مهم جداً، ونجاح الرجل في تحقيق ذلك أمراً ليس بتلك السهولة ولكن مع التمرين ومرور الوقت فإن الرجل سيتعلم هذا الفن وسيسهل عليه تطبيقه.

استماع الرجل للمرأة وهي في حالة الغضب يمكن أن نشبهه بهدية يقدمها الرجل للمرأة، فهو باستماعه هذا يجعل المرأة تشعر بالأمان كلما حاولت التعبير عن نفسها وعن مشاعرها. وإذا شعرت المرأة بالأمان فإن قابلية التعبير تزداد عندها. وكلما زادت قابلية التعبير عند المرأة كلما زاد شعورها بإستماع الرجل لها وتفهمه لما تقول. وإذا وصلت المرأة إلى هذا الاعتقاد فإنها بعد ذلك تتمكن من إسعاد الرجل وسد احتياجاته.

فن تخويل السلطة للرجل:

مثلما يحتاج الرجل إلى تعلّم فن الاستماع والإصغاء للمرأة وذلك لكي يتمكن من إشباع احتياج المرأة الأساسي للحب ومن ثم إسعادها، كذلك تحتاج المرأة إلى تعلم فن تخويل السلطة للرجل.

فعندما تقوم المرأة بتجنيد كل طاقاتها من أجل مساندة الرجل فهي بذلك تساعده على أن يشعر بأنه رجل البيت. وعندها يشعر الرجل بأن المرأة تثق به وتقبله على ما هو عليه وتقدّره وتقدّر كل ما يفعله من أجلها ومن أجل إسعادها

وإنها معجبة له وتشجعه وتؤيده وتسانده. وهنا نقول للمرأة حذاري من أية محاولة لإجراء أي تغيير أو تطوير في الرجل إذ إنَّ ذلك يؤذي شعور الرجل وكبرياءه، وقد يؤدي إلى إضعافه وإضعاف عزيمته ويجعله يشعر بعدم ثقة المرأة فيه وعدم قبولها إياه على ما هو عليه، وهذه المحاولة أيضاً تجعل الرجل يشعر بفقدانه للإحتياجات الأساسية للحب الأخرى.

لا يكمن سر تخويل السلطة للرجل أبداً في محاولة تغيير أو تطوير الرجل، قد تشعر المرأة بضرورة إجراء بعض التغييرات أو التطويرات في مظهر أو أسلوب الرجل في الحياة ولكن عليها الابتعاد عن ذلك. نعم الابتعاد الكلي وعدم المحاولة إلا إذا طلب الرجل من المرأة ذلك. وإذا طلب الرجل ذلك من المرأة فإن ذلك يعني إنه مستعد نفسياً لمثل تلك التغييرات.

منح الرجل الثقة بدلاً من النصيحة:

تقديم النصيحة في عالم النساء يعتبر دلالة على حسن النية والمحبة، لذلك نرى المرأة لا تتورع في تقديم النصيحة، إلا إن المسألة تختلف تماماً في عالم الرجل، فلا يقدم الرجل النصيحة إلا إذا طلبها أحد مباشرة منه. وطلب الرجل النصيحة من رجل آخر دلالة على حب واحترام وثقة بذلك الشخص الذي طُلبت منه النصيحة.

ومن هذا المنطلق فإنه يجدر بالمرأة عدم تقديمها النصيحة المجانية للرجل، نعم لا تقدم أية نصيحة إلا إذا طلبها الرجل وبصورة مباشرة.

عدم تقديم المرأة النصيحة للرجل لا يعني أبداً أن عليها أن تلتزم جانب الصمت وتقتل مشاعرها في داخلها وتتظاهر بأن كل شيء على ما يرام. أبداً، فلا بأس بأن تشعر المرأة بالاستياء وعدم الرضا وحتى الغضب؛ إلا أنه من الضروري جداً أن تتصرف المرأة بحكمة وأن تفرغ شحنة الغضب هذه بصورة ذكية وأن لا تحاول أبداً تقديم النصيحة للرجل.

تذكري عزيزتي المرأة إن أية محاولة لتغيير الرجل تعتبر غلطة لا تحمد

عقباها، عليك بالابتعاد عن ذلك.

ومن الأمور المسلّم بها هي إن المرأة بطبيعتها عندما تشعر بحب الرجل، تتولد لديها الرغبة الجامحة في تحسين وتطوير تلك العلاقة، علاقتها بذلك الرجل، وتبدأ بالقيام بمحاولات عديدة من أجل تحقيق ذلك وقد تقوم بمحاولة تنفيذ ذلك بصورة تدريجية أملاً منها في أن يتعود الرجل على الوضع الجديد الذي تسعى هي إليه.

عندما يرفض الرجل التغيير:

تحاول المرأة وبطرق شتى، المدروسة منها والغير مدروسة، بتغيير وتطوير الرجل معتقدة أن محاولاتها هذه دلالة على حبها له.

إلا أن ما يعتقده الرجل ويشعر به هو أن المرأة تحاول السيطرة عليه وإنها لا تقبله على ما هو عليه، ونتيجة لذلك الشعور فإن الرجل يبدأ بالشك في حبها له. وبالتالي فإنه يقوم برفض المرأة ورفض اقتراحاتها ومحاولاتها، فحسب تفكير الرجل فإن المرأة قد رفضته ولم تقبله على وضعه الحالي وبالمقابل فإنه يرفضها أيضاً ويرفض كل اقتراحاتها تلك!.

في إحدى الندوات والتي حضرها لفيف كبير من الرجال والنساء تم طرح هذه المسألة وكانت مدار النقاش لمدة غير قصيرة.

والنتيجة كانت إجماع الرجال وبدون استثناء على حقيقة واحدة، ألا وهي إن الرجل وبدون أي شك سيرفض كل محاولات المرأة لإجراء أي تغيير أو تعديل فيه. لا يمكن للرجل قبول ذلك من المرأة وكلما زادت المرأة في محاولاتها، ازداد الرجل عناداً ورفضاً.

مسألة محاولات المرأة لإجراء تغيير أو تعديل في الرجل مسألة حيوية وتكاد تسري على جميع الأزواج، والمصيبة هي عندما يرفض الرجل محاولات المرأة هذه، فإن المرأة تغضب! وسبب غضب المرأة هذا ليس بسبب رفض الرجل لمحاولاتها، أبداً... إنه ناتج عن اعتقاد المرأة بأن الرجل لا يحبها بما

فيه الكفاية. نعم هذا هو تصور المرأة تجاه رفض الرجل لمحاولاتها فغضب المرأة لم يكن في الحقيقة نتاج رفض الرجل وإنما كان بسبب سوء فهم المرأة لموقف الرجل وشعوره.

وكنتيجة لرفض الرجل لمحاولات المرأة ومن ثم زعلها، ترانا فجأة أمام مشكلة جديدة.

عندما يشعر الرجل بأن المرأة تحاول السيطرة عليه وإنها لا تقبله على وضعه الحالي الذي هو عليه وتقوم بمحاولاتها لإجراء تعديلات وتغييرات فيه، نرى الرجل لا يتقبل ذلك ويرفضه. ولكن لو إن الرجل شعر بثقة المرأة فيه وقبولها إياه على ما هو عليه وبحبه لها فإنه عندئذٍ يكون مستعداً لسماع المرأة ومن المحتمل أنه يوافق على إجراء تلك التعديلات التي تطلبها المرأة. الموضوع كله يتعلق بشعور الرجل ونظرته إلى نوايا المرأة والأسباب التي دعتها إلى ذلك الطلب.

نوعان من الرجال ولكن التصرف واحد:

عندما تحاول المرأة القيام بإجراء تغييرات أو تعديلات ـ تطوير حسب رأيها ـ فردّة فعل الرجل تكون إما الرفض القاطع ويكون مصحوباً بدفاع قوي عن النفس، أو الموافقة المؤقتة التي لن تدوم طويلاً.

التصرف الأول وهو الرفض القاطع والمصحوب بدفاع قوي عن النفس يعطي المرأة إشارة واضحة وجلية ويطالبها بالكف وعدم المحاولة. إنه جواب صريح وإن الرجل غير مستعد للتساوم في ذلك أو الوصول إلى حل وسط، إنه رفض صريح وغير قابل لأية مناقشة. أما التصرف الثاني وهو الموافقة المؤقتة فإنه لا يعني أبداً قبول الرجل (الدائم) لذلك التغيير. إنه قبول مؤقت ولا بد للرجل من الرجوع إلى الوضع الطبيعي بالنسبة له. والوضع الطبيعي بالنسبة للرجل هو ما كان عليه من قبل، نعم سيعود إلى ذلك وسينسى ما طلبته المرأة

ويلقي به إلى الوراء، هكذا يفكر الرجل ويتصرف تجاه طلب المرأة لإجراء تعديلات فيه.

عندما لا يشعر الرجل بحب المرأة الكافي له فإنه وبطريق الوعي أو اللاوعي سيعيد نفس التصرف الذي لم تقبله المرأة والذي اعترضت عليه وحاولت تغييره. يشعر بدافع داخلي قوي يدفعه إلى تكرار ذلك التصرف، ويستمر على ذلك التصرف طالما كان إحساسه أن المرأة لا تحبه بما فيه الكفاية ولا تقبله على ما هو عليه.

ولكي يقبل الرجل بإجراء أي تغيير أو تطوير في مظهره أو تصرفه فإنه يحتاج أولاً إلى أن يشعر بأن المرأة قد قبلته على الوضع الحالي الذي هو عليه، وبخلاف ذلك فإنه سيعاند ويرفض ويدافع عن نفسه وبالتالي يبقى على ما هو عليه.

يحتاج الرجل أولاً إلى قبول المرأة به وبعدها وبصورة تلقائية سيحاول إيجاد طريقة أو طرق يتمكن من خلالها أن يجري ذلك التغير. فالرجل أولاً وأخيراً يتعامل مع المرأة التي يحبها ويودّ دائماً إسعادها، نعم فسعادة الرجل من سعادة المرأة.

لا يحب الرجل التغيير:

عندما تنزعج المرأة وتسيىء حالتها النفسية، يقوم الرجل بمحاولة مساعدتها وذلك بطريقته الخاصة، فيبدأ بتوضيح الموقف للمرأة وذلك بشرح المسألة والتعليق عليها ويحاول من خلال ذلك أن يصل إلى نقطة مهمة ألا وهي إن المسألة بسيطة وليس للمرأة الحق أو الدافع للقلق وما عليها إلا الاطمئنان والهدوء.

ومثلما يحاول الرجل القيام بذلك، فنرى المرأة أيضاً تحاول توضيح وشرح رأيها حول موضوع ما يتعلق بالرجل وتريد أن تغيره، موضوع يتعلق بمظهره أو تصرفه، تحاول أن توضح الخطأ وتطلب من الرجل التغيير.

بصورة عامة فإن الرجل يرى العالم من خلال منظاره الرجولي، فشعار الرجل في الحياة هو (ما دام الشيء يعمل فلا داعي للإصلاح) لذلك فعندما تحاول المرأة إجراء أي تعديل أو تغيير في مظهره أو تصرفه، فإن ما يفهمه الرجل آنذاك هو أن هناك خطأ فيه أو في تصرفاته وإن المرأة تحاول إصلاح ذلك الخطأ.

تصرف المرأة هذا يؤذي شعور الرجل كثيراً ويجعله يرفض وينقلب إلى مدافع عما تريد المرأة أن تغيّر سواء في مظهره أو تصرفه ويصر على ذلك الرفض. وهنا لا يشعر الرجل بحب المرأة له ولا بقبولها إياه.

ما يتحتاج إليه الرجل هو قبول المرأة به على ما هو عليه. قبوله وقبول أية عيوب قد تكون فعلاً موجودة فيه. وطبعاً فمسألة قبول عيوب الرجل أمراً ليس سهلاً وخصوصاً إذا شعرت المرأة بأن هناك طريقة أو طرق لتغيير وتطوير ذلك.

أفضل طريقة للتعامل مع هذا الموضوع هو عدم المطالبة المباشرة. نعم عدم مطالبة الرجل بصورة مباشرة لإجراء أي تعديل أو تغيير سواء في مظهره أو في تصرفاته.

هناك أسلوب مثالي تتمكن المرأة من خلاله الحصول على ما تريد وبعيداً عن الرفض والتشنجات والخصام والنتائج التي لا تحمد عقباها.

ندرج أدناه بعض الاقتراحات والتوصيات تستطيع المرأة من خلالها تقديم المساعدة اللازمة للرجل لإجراء التغيير. تتمكن المرأة من اتباع هذه التوصيات والتي تساعدها على حصولها على ما تريد تحقيقه.

ما يجب على المرأة تذكّره:

١ ـ تذكري: عندما يكون الرجل منزعجاً وفي حالة نفسية غير مرتاحة فلا تكثري من الأسئلة، إذ إن الإكثار من الأسئلة يجعل الرجل يشعر بأنك تحاولين السيطرة عليه.

٢ ـ تذكري: أن تبتعدي كلياً عن القيام بأية محاولة لإجراء أي تعديل أو تغيير في الرجل، كل ما يحتاج الرجل إليه هو حبك له وقبولك به.

٣ ـ تذكري: عند تقديمك للرجل أية نصيحة أو نصائح من تلقاء نفسك (مجانية) فقد يشعر الرجل وقتها بعدم ثقتك به أو برفضك إياه أو بمحاولتك للسيطرة عليه.

٤ ـ تذكري: عندما يرفض الرجل ويعاند فإنه وقتها يشعر بعدم حبك له، وبناء على ذلك فإنه لن يعترف بأي خطأ قد ارتكبه.

٥ ـ تذكري: عند قيامك ببعض التضحيات من أجل الرجل على أمل أن يقوم هو بالمثل، ففي ذلك الوقت يشعر الرجل وكأنك تضغطين عليه وتحاولي أن تغيّريه.

٦ ـ تذكري: يمكنك مشاركة الرجل بعض المشاعر السلبية وبدون محاولة إجراء أي تغيير فيه. فعندما يشعر الرجل بقبولك له فإنه وقتها يسهل عليه الإصغاء والاستماع إليك.

٧ ـ تذكري: إذا قمت بإصدار أوامر للرجل أو أن تتخذي قرارات فإنه وقتها يشعر بأنك تحاولين تصحيحه أو السيطرة عليه.

ما يمكنها أن تفعله:

١ ـ تجاهلي حالته النفسية تلك إلا إذا طلب هو التحدث عنها. يمكنك أن تريه بعض الاهتمام وذلك عن طريق محاولة جرّه إلى الكلام، ولكن بحذر شديد وبدون إكثار أو إصرار.

٢ ـ ثقي به وبقدراته على التغيير يمكنك مشاركة المشاعر الصادقة ولكن بعيداً عن خلط ذلك بما تريدين من تغيير. لا تطالبيه بالتغيير في ذلك الوقت.

٣ ـ تضرعي بالصبر وثقي إنه ومن تلقاء نفسه سينتبه إلى ما يحتاج إليه من تطوير أو تغيير، انتظري إلى أن يقوم هو بطلب النصيحة.

٤ ـ عوّدي نفسك على ضرورة توضيح وإفهام الرجل لحبك له وقبولك به على ما هو عليه. تعودي على الصبر.

٥ ـ حاولي القيام ببعض الأعمال والتي من خلالها يمكنك أن تنعمي بالسعادة، قومي بتلك الأعمال لوحدك وبدون الاعتماد على الرجل.

٦ ـ عند مشاركة المشاعر مع الرجل عليك أن تحاولي إفهامه إنك لا تحاولين أن تملي عليه ما يجب أن يفعله وكل ما تطلبين منه هو أن يعطي مشاعرك بعض الأهمية وأن يأخذها بنظر الاعتبار.

٧ ـ استرخي واهدئي. حاولي التعوّد على عدم الكمال من قبل الرجل، ضعي مشاعره نصب العين وفوق كل اعتبار ولا تحاولي تصحيحه أو إلقاء محاضرة عليه.

إذا تعلم كل من الرجل والمرأة الأسلوب الصحيح في مساعدة ومؤازرة بعضهما البعض وتقديم ما يحتاج إليه الطرف الآخر في حياته بصورة سليمة فإن مسألة التغير ستأتي بشكل تلقائي وأكيد، ستأتي بهدوء وبتقبّل وبدون أية مشاكل.

الفهم الصحيح من قبل الطرفين للإحتياجات الست الأساسية عند كل منهما ومراعاتها وأخذها في الاعتبار، كل ذلك كفيل بتغيير الأمور نحو الأفضل ومن ثم جلب السعادة.

الفصـل التاسـع

الجدل ونتائجه

الجدل بين الرجل والمرأة

هناك تحديات كبيرة في علاقاتنا العاطفية، وواحد من أكبر هذه التحديات هو التعامل مع الفوارق والخلافات بين الرجل والمرأة. فعادة إذا اختلف الزوجان فإن ذلك النقاش ينقلب إلى جدال ومن ثم إلى خصام. وفجأة يتوقف الطرفان عن الكلام وكل منهما مملوء بشحنة من الغضب، وإذا حاول أحدهما الكلام إلى الآخر، فإن الكلام يكون فيه جفاء ومحاولة تجريح أو لوم أو شكوى واتهام.

تنقلب الحالة آنذاك من نقاش إلى حالة هيجان وجحيم مستعر، وقد تتصاعد الأمور وتصل إلى أبعد من ذلك وتنتهي بكارثة.

جدل الرجل والمرأة المستمر بهذه الطريقة لا يجرح شعور الإثنين فقط، بل إنه يؤثر تأثيراً بالغاً على علاقتهما ببعض. فمثلما المحادثة والتواصل بين الرجل والمرأة تعتبر أهم عنصر في العلاقة الزوجية، كذلك فإن الجدل يمكن أن يكون أهم عنصر في تدمير تلك العلاقة.

هناك حقيقة تقول إن الجدل الذي يحصل بين الزوج والزوجة تكون نتائجه أسوأ بكثير مما لو كان الجدل بين رجل وامرأة أخرى غير زوجته، أو بين امرأة ورجل آخر غير زوجها في أي مجال آخر في الحياة، كالعمل أو في الشارع أو

أي مكان آخر بعيداً عن الحياة الزوجية. يأخذ الجدل بين الزوجين طابعاً مختلفاً وينحى منحنى يختلف عما لو كان بين اثنين لا تربطهما علاقة زوجية والسبب هو إن كل من الزوج والزوجة يأخذان الموضوع بشكل شخصي.

النصيحة التي يمكن أن نقولها للزوجين بصورة خاصة هي الابتعاد عن الجدل، نعم الابتعاد عن الجدل والاستعاضة عنه بالنقاش الهادىء والهادف والبناء. فبدلاً من أن تجادل في الأمور حاول أن تناقشها مناقشة بسيطة وبأعصاب هادئة، وإذا شعرت إنك غير قادر على الاستمرار في النقاش وشعرت أن ذلك النقاش سينقلب إلى جدل وخصام وهيجان أعصاب، فما عليك إلا أن تتوقف. فالإنسان العاقل هو الذي يعرف مدى قابليته على النقاش الهادىء البنّاء، وكذلك يتمكن أيضاً من معرفة الطريق الذي يسير فيه ذلك النقاش، وكذلك يتمكن من ضبط أعصابه في حالة انحناء النقاش وخروجه عن المدار الصحيح وتوجهه إلى طريق الجدل وهيجان الأعصاب.

هناك عدة أنواع من العلاقات الزوجية، فنرى بعض الأزواج في حالة جدل وخصام مستمرين ونتيجة لذلك فإن الحب الذي بينهما وبمرور الزمن سيضعف ويضعف ومن ثم يتلاشى ويموت. وهناك نوع آخر من العلاقة الزوجية وهي إن الزوج والزوجة وبالرغم من وجود اختلافات وخلافات بينهما، إلا إن الطرفين يحاولان أن يضغطا على أعصابهما ويتظاهرا بالهدوء الدائم وكأن كل شيء يسير على ما يرام وليست هناك أية مشكلة بينهما. ونتيجة لذلك الضغط المولّد من قبلهما على أعصابهما وعلى مشاعرهما فإنهما وبمرور الزمن سيفقدان شعور الحب ولا يستطعمونه.

كلا النوعين يعيشان حالة حرب دائمة، فالنوع الأول يعيش حالة حرب ساخنة بينما يعيش النوع الثاني حالة حرب باردة. وكلا الحالتين تكون نتائجها غير سارة وغير سعيدة.

عندما تكون المرأة منزعجة، تحاول أحياناً كتم مشاعرها وتتكلم مع

الرجل من منطلق العقل والمنطق (هذا أسلوب الرجل العام في الحديث). هنا وبدون أي شك فإن المرأة ستسقط في هاوية الجدل مع الرجل وعندها وبدون أن تشعر سيتسم كلامها بالخشونة.

هذا الأسلوب لا يغيظ الرجل فقط بل يجعله يشعر بالتهديد إذ أن اتباع المرأة لهذا الأسلوب يعطي الرجل الانطباع الذي يدل على عدم استعداد المرأة للإستماع إليه وإلى آرائه، يشعر بأن المرأة قد رفضت كل ما عنده وما يريد قوله حتى قبل أن يقوم بذلك.

تقوم المرأة أحياناً بإتباع هذا الأسلوب ظناً منها بأن الرجل سيحب ذلك، إلا أن الحقيقة هي عكس ذلك فهذا الأسلوب يزعج الرجل كثيراً ويخيفه وقد يدفعه إلى مهاجمة المرأة وإطلاق عبارات جارحة تؤذي المرأة ومشاعرها.

وإذا ما حصل ذلك من قبل الرجل عندها ستضطر المرأة إلى الدفاع الصلب عن نفسها والذي يكون مصحوباً بكلام لاذع، وهنا يأخذ كلام المرأة منحى جديد وتتصاعد الكلمات الجارحة بين الرجل والمرأة.

ما الذي يحصل عندما نتجادل؟

من السهل جداً وغالباً ما ينقلب الحوار الهادىء بين الرجل والمرأة إلى حالة جدل والسبب في ذلك وبكل بساطة هو أن الرجل والمرأة ينسيان إنهما يختلفان عن بعضهما البعض وإنهما بطبائعهما المختلفة ينتميان إلى عالمين مختلفين، ينسيان الاختلاف السايكولوجي بينهما، هذا الجدل لا يؤذي أحد الطرفين فقط بل إن أذاه يعم على الطرفين، الرجل والمرأة، وأفضل طريقة للإبتعاد عن الجدل هو التحدث بحب واحترام وهدوء أعصاب ومراعاة نقاط الاختلاف. لا شك إن الجدل والخصام واختلاف وجهات النظر والأسباب التي أدت إلى ذلك الجدل تؤذي كلاً من الرجل والمرأة، إلا إن ما يؤذي أكثر من ذلك هو طريقة الكلام التي يتبعها كل من الرجل والمرأة في التعبير عن آرائهما ومواقفهما أثناء فترة الجدل. نعم، فطريقة الكلام هي التي يكون لها وقعاً أكبر

من الجدل نفسه ومن الشيء الذي حصل الجدل بسببه.

إذا كان لا بد من الجدل، فليس من الضروري أن يكون الجدل مؤلماً ومؤثراً تأثيراً سلبياً بل يمكن أن يكون الكلام بصورة نقاش موضوعي هادىء بعيداً عن تشنجات الأعصاب ويحاول كل من الرجل والمرأة توضيح وجهة نظره والسبب في عدم اقتناعه بوجهة نظر الآخر. لو نظرنا إلى الجدل الحاد الذي يحصل بين الزوجين والذي يجر بالتالي إلى تشنج الأعصاب وزعل وخصام أو حتى إلى معركة شرسة، نرى أن الزوجين يبدأن نقاشهما حول مسألة ما، وبعد فترة قصيرة قد تصل إلى خمس دقائق نرى ذلك النقاش ينقلب إلى جدل حاد وبعد ذلك ينقلب الجدل إلى ملامة وتعنيف أحدهما الآخر في طريقة الكلام أثناء ذلك الجدل. يبدأ الزوج وبدون أي إدراك بتسبب الأذى للزوجة وكذلك تبدأ الزوجة وبدون أي إدراك بتسبب الأذى للزوج فالجدل الذي بدأ صغيراً والذي كان من الممكن السيطرة عليه وحله حلاً ودياً وسلمياً، نراه تفاقم وتصاعد وانقلب إلى حالة غليان من قبل الطرفين ووصل إلى معركة كبيرة أثارت روح العنف عند كل من الطرفين.

يرفض كلاً من الرجل والمرأة قبول أو حتى فهم محتوى وجهة نظر أحدهما الآخر وذلك بسبب الطريقة التي يتبعها كل منهما في طرح وجهة نظره، تلك الطريقة التي تكون خالية من مراعاة الفرق السايكولوجي بين الرجل والمرأة.

ولكي نتمكن من الابتعاد عن الجدل فإن ذلك يتطلب منا جميعاً أن نتفهم وجهة نظر الطرف الآخر، وما يساعدنا على ذلك هو شعورنا في ذلك الوقت بإحترام وتقدير الطرف الآخر لنا. أما إذا لم يظهر الطرف الآخر ذلك الشعور فإن معنوياتنا في ذلك الوقت تهبط ولا نكون مستعدين لسماع أية وجهة نظر من الشخص الآخر، يجب أن يكون هناك احترام متبادل.

وكما ذكرنا سابقاً فإن الجدل بين الزوج والزوجة يكون أكثر حدة ووقعة

في النفس من الجدل بين شخصين آخرين لا تربطهما علاقة زوجية. فكلما زادت درجة القربى بين الرجل والمرأة كلما كان من الصعب على أحدهما تقبل وجهة نظر الآخر بدون أن يكون هناك ردة فعل سلبية. ولكي يحتفظ أياً منهما بكرامته يقوم بالدفاع الحاد عن وجهة نظره، وحتى لو افترضنا جدلاً أنه/إنها وافق على وجهة نظر الطرف الآخر، فنرى تلك الموافقة تكون مصحوبة بجدل ومحاولة ومقاومة، موافقة لا تدل على القناعة السلمية التامة.

لم يؤذي الجدل؟

عند حصول أي جدل فإن ذلك الجدل لا شك يؤذي كلا الطرفين، إلا إن ما يؤذي أكثر من الجدل نفسه هو الأسلوب والطريقة المتبعة في الكلام وليس الكلام بحد ذاته. فمن المتعارف عليه في حالة الجدل فإن الرجل وقتها يشعر بتحدي المرأة له، ولذلك فإن تركيز الرجل في هذه الأثناء يكون منصباً على الإثبات للمرأة إنه على حق، هذا كل ما يفكر فيه الرجل أثناء الجدل مع المرأة ولا ينتبه إلى جانب الشعور والعاطفة، ينسى أن تلك المرأة التي يجادلها هي زوجته التي يحبها، كل ما يصبو إليه هو أن يثبت إنه على حق ويتغلب على ذلك التحدي الصادر من المرأة التي أمامه.

وفي هذه اللحظات فإن قدرات الرجل على التحدث بإسلوب الرعاية والحب والاحترام والعطف تبدأ وبصورة تلقائية بالاضمحلال وتتغير نبرات صوته ولا يعر أي انتباه أو اهتمام إلى خشونته في الكلام ولا بمدى الأذى الذي سيلحق بالمرأة.

وفي حالة حصول ذلك فإن أي خلاف بسيط بين الرجل والمرأة يولّد عند الرجل شعوره بضرورة الهجوم الصاعق، وكذلك فإن أي طلب مهما كان بسيطاً من قبل المرأة فإن الرجل يراه على أنه أمر كبير وعظيم ولا يتجاوب معه بصورة سليمة.

ومن الطبيعي فإن المرأة في مثل هذا الموقف يتولد عندها شعور المقاومة

لهذا الأسلوب الذي يتبعه الرجل معها. تبدأ المرأة بمقاومة أسلوب الرجل وكذلك وجهة نظره، مقاومتها الأساسية هي لإسلوب الرجل الغير مقبول لديها، وكذلك تعم المقاومة على وجهة نظر الرجل حتى لو كان فيها نوعاً من العقل والقبول لدى المرأة، ترفضها وتقاومها نتيجة لإسلوب الرجل.

في حالة الجدل نرى الرجل وبدون أي قصد يبدأ كلامه بإسلوب فيه خشونة وخال من أية علامات تدل على ذلك الحب الذي يكنه لتلك المرأة وعن تلك العواطف والرعاية والاهتمام. أسلوب خشن فيه قساوة وتجريح وعدم اهتمام لمشاعر المرأة، ومن الغريب جداً أن الرجل وبعد كل ذلك يطالب المرأة والتي تكون في حالة ألم ومعاناة وهيجان أعصاب وذلك بسبب ما قاله والكيفية التي قالها فيها، يطالبها بالالتزام بالهدوء والابتعاد عن توتر الأعصاب!! يظن الرجل وبطريق الخطأ أن المرأة متألمة ورافضة لوجهة نظره، بينما في الحقيقة فإن ما أغضب المرأة أكثر هو أسلوبه في الكلام وليس الكلام نفسه.

وبما أن الرجل لا يفهم موقف المرأة الحقيقي ولا سببه، فنراه يسترسل في الكلام ويركز على شرح وجهة نظره ويحاول أن يثبت أنه على حق، يحاول القيام بذلك وبدون أية مراعاة لشعور المرأة ولا لإسلوبه الغير مقبول عندها.

عندما يبدأ الرجل مناقشته مع المرأة ويتبع أسلوباً فظاً خشناً، فإنه لا يدرك أنه وبطريقته تلك على وشك بداية جدل فيقوم بالدفاع عن وجهة نظره بينما تقوم المرأة بالدفاع عن نفسها ضد عباراته الخشنة والتي تؤذيها وتؤذي مشاعرها.

عندما يهمل الرجل جانب مشاعر المرأة ولا يعطيها الحق في أن تكون منزعجة ـ إذ أنه لا يرى سبباً وجيهاً يدعوها لذلك ـ فإن ما يفعله الرجل في الحقيقة هو زيادة تعاسة وألم المرأة بدلاً من تهدأتها وتجنب المشاكل، إنه يزيد المشاكل ويعقّد الموقف!.

في ذلك الوقت فإنه من الصعب على الرجل أن يتفهم مسألة ألم المرأة

ومعاناتها وألمها، والسبب هو أنه لم ينتبه إلى ما قاله، ولم يسمع من المرأة عبارات مشابهة لما قال لها، عبارات تدل على عدم الرعاية والاهتمام والاحترام والتقدير والتفهم. لم يسمع منها ما يدل على ذلك. وبما أن الرجل لا يدرك حجم الألم والمعاناة عند المرأة فنراه يقوم بتحريض المرأة التي التزمت جانب الصمت تجنباً للمشاكل، يقوم بتحريضها وجرها إلى الكلام.

وعلى الجانب الآخر فعندما تغضب المرأة وتبدأ بالتهجم على الرجل وإطلاق عبارات تدل على اتهامه بالقصور وعدم تحمل المسؤولية فإنها لا تعرف الحجم الحقيقي للألم الذي تسببه للرجل، الألم النفسي الذي يحطم معنوياته في تلك اللحظة.

وعلى عكس الرجل فعندما تشعر المرأة بالتحدي من قبل الرجل فإن نبرات صوتها تتغير وتصبح بشكل ينم عنه عدم الثقة بالرجل ومن ثم رفضه.

هذا النوع من الرفض من قبل المرأة له آثار بالغة على الرجل ويتألم لها كثيراً، وتزيد حدة الألم عند الرجل إذا كان فعلاً يحب تلك المرأة.

عادة ما تبدأ المرأة الجدل وبعد ذلك تصعّد من حدته وذلك عندما تبدأ بالتشكي من تصرفات الرجل، وبعد أن تنتهي من شكواها ومن جدلها تحاول المرأة تقديم النصيحة المجانية، تلك النصيحة التي لم يطلبها الرجل إنها هبة وتبرع من جانبها، وتقوم وهي في حالة الهيجان العصبي بمحاولة تهدأة الموقف وترطيب الجو وذلك بإرسال إشارات للرجل تدل على الثقة والقبول به. إلا أن التوقيت غير ملائم بالنسبة للرجل، فهو غير مستعد لإستقبال مثل هذه الإشارات ولذلك تكون ردة فعله معاكسة لما تأمله المرأة. نرى الرجل يسلك سلوكاً سلبياً ولا يتجاوب مع تلك الإشارات المرسلة من المرأة وهنا تحتار المرأة من تصرف الرجل هذا ولا تدري ماذا تفعل؟ تبقى في حيرة من أمرها.

لكي نتجنب الجدل ومشاكله علينا أن نتذكر إن الاعتراضات الحقيقية التي يبديها أحد الأطراف هي ليست لما يقوله الطرف الآخر فقط، بل للإسلوب الذي

اختاره للقول. لا شك إن ما نقوله مهم، ولكن الأهم هو الأسلوب الذي نتبعه في القول.

ولا شك إن مسألة إحداث الجدل تتطلب وجود شخصين على الأقل، إلا أن إيقاف ذلك الجدل يتطلب وجود شخص واحد، نعم شخص واحد يمكنه أن يضع حداً لذلك الجدل؛ وأفضل طريقة لإيقاف ذلك الجدل هي عدم الخوض فيه، فعندما يرى الإنسان أن النقاش في طريقه إلى التحول إلى جدل فعليه وقتها التوقف وعدم الاستمرار في ذلك النقاش، يمكن له أن يتوقف لفترة قد تطول أو قد تقصر، ويمكنه بعد ذلك العودة للحديث بإسلوب جديد، أسلوب ودي وعاطفي منطلقاً من الأخذ بعين الاعتبار الفوارق الطبيعية بين الرجل والمرأة، واختلاف الاحتياجات الأساسية للحب لكل منهما.

أربعة طرق لتجنب الجدل:

من المعلوم جيداً أن الجدل بين الرجل والمرأة غالباً ما يتخلله هيجان في الأعصاب وتفوّه بكلام جارح، يجرح شعور أحدهما أو كلاهما وبالتالي يساهم في خلق مشكلة أكبر من المشكلة الأصلية التي كانت مدار النقاش.

هناك أربعة طرق أساسية عادة ما يسلكها كل من الرجل والمرأة أثناء النقاش وذلك لتحاشي الأذى الذي قد يصيب أحدهما أو كلاهما عند حدوث الجدل. وهذه الطرق الأربع هي: الشجار، الطيران، التصنّع، وأخيراً الطي.

وقبل البدأ بشرح هذه الطرق الأربع نود أن نقول إن هذا السلوك هو سلوك خاطىء ويجدر بكل من الرجل والمرأة الإبتعاد عنه وعدم ممارسته.

فقد يعود اتباع إحدى هذه الطرق على المتّبع بالانتصار والفوز في ذلك الجدل، قد يتصور أحدهما بأنه ربح تلك الجولة وإن الطرف الآخر خسرها، قد يعطي الموقف العام هذا التصور، إلا إن الحقيقة هي عكس ذلك. فذلك الفوز أو الإنتصار الذي حققه أحد الأطراف ما هو إلا فوز مؤقت وليس دائم. ويمكن أن نقول إن ذلك الفوز وعلى المدى البعيد ما هو إلا خسارة وسيكون لها تأثيراً

سلبياً على طبيعة العلاقة بين المنتصر والطرف الآخر. نعم خسارة وليس مكسب. لنحاول إلقاء الضوء على هذه النقاط الأربع:

١ ـ **الشجار**: غالباً ما يأتي هذا النوع من التصرف من قبل الرجال، فعندما يتحول النقاش من شكل ودي وهادىء إلى حدّة وتصلب في الموقف، نرى بعض الرجال ينتهجون نهجاً جديداً فيقومون برفع أصواتهم وعندها تتغير نبرات أصواتهم ويتغيّر أسلوبهم في الكلام. ينتقلون فجأة إلى موقف الهجوم وشعارهم وقتها هو «الهجوم الشرس هو أفضل وسيلة للدفاع» يبدأون هجومهم وذلك عن طريق إلقاء الملامة على المرأة وانتقادها ومحاولة إظهارها بمظهر المخطىء والمقصّر، يبدأ الرجل بالصراخ ورفع الأصوات للتعبير عن غضبهم والهدف من وراء ذلك هو تخويف وبث روح الرعب عند المرأة!.

وعندما يلاحظ الرجال انسحاب المرأة وتقهقرها وتراجعها للخلف وتباطؤها أو توقفها عن الكلام، يظنون وقتا إنهم ربحوا الجولة!.

إلا أن الحقيقة هي عكس ذلك، نعم فقد خسر هؤلاء الرجال المساكين تلك الجولة خسارة كبيرة والسبب هو أن أسلوب التخويف عادة ما يضعف الثقة في العلاقة بين الرجل والمرأة وإذا تكرر ذلك الأسلوب من قبل الرجل فالنتيجة هي ليست إضعاف الثقة فحسب بل إن ذلك يؤدي بتلك الثقة إلى التلاشي، وإذا وصل الحال إلى تلك الدرجة عندها تضطر المرأة مستقبلاً إلى كبت مشاعرها وعدم مناقشتها مع ذلك الرجل العصبي المزاج. فعندما يفتل الرجل عضلاته للحصول على ما يريد وفي نفس الوقت يتهجم في الكلام على المرأة المسكينة فإنه بذلك يكون فشل في مسعاه ولم ينجح. نعم فشل والسبب هو أن اتباع أسلوب الشجار يؤدي إلى فقدان كل من الرجل والمرأة القابلية على التقارب من بعضهما البعض ففي وقت الشجار فإن كل ما يفكر به الرجل هو الهجوم على تلك المرأة

وذلك محاولة منه لإظهار نفسه بمظهر لائق وإظهارها بمظهر المقصّر والمخطىء. وهنا تضطر المرأة للتقهقر والتراجع، فتنزوي وتبدأ بالدفاع عن نفسها؛ وفي هذه اللحظات فإن شعور الحب والعاطفة والود لا يجد له أي مكان وما يحل محله هو الغضب والعصبية والهجوم والدفاع.

وفي كل مرة يحصل فيها شجار فإن ذلك الشعور يتكرر عند الاثنين، هجوم الرجل وإغلاق تفكيره ونسيانه حب المرأة ورعايتها يقابله انزواء المرأة ومحاولتها الدفاع عن نفسها. وبعد ذلك وبصورة تدريجية يتضاءل شعور الود ويحل محله ابتعاد عاطفي بين الرجل والمرأة. وكلما تكرر الشجار كلما قلّ الاقتراب وزاد الابتعاد.

٢ ـ **الطيران**: هذا الأسلوب غالباً ما يأتي أيضاً من جانب الرجل. فلكي يتجنب الرجل المواجهة مع المرأة يقوم بالتزام جانب الصمت وعدم الكلام؛ هذه الحالة تشبه حالة الحرب الباردة. فعندما يلتزم الرجل جانب الصمت تقوم بعد ذلك المرأة بالتزام جانب الصمت ويرفض كل منهما الكلام إلى الآخر وتبقى المسألة معلّقة.

هذا النوع من السكوت يختلف تماماً عن السكوت الذي أشرنا إليه وأوصينا به عند كلامنا عن محاولة منع الجدل والخصام. فالسكوت هنا هو محاولة تملّص الرجل وعدم مواجهته للواقع وذلك خوفاً منه في إشعال نار الحرب وتأزم الموقف. يتوقف الرجل عن الكلام كلياً ولا يتكلم في أي موضوع، سواء كان له علاقة بالموضوع الذي يتجادلان فيه أو لا، توقف عن الكلام مصحوباً بزعل واستياء.

يتوقف بعض الأزواج عن الكلام في مشاكلهم وخلافاتهم وتكون طريقة تعاملهم مع بعض والحصول على ما يريدون هي محاولة معاقبة الطرف الآخر وذلك بالتوقف عن تقديم الحب. يلتزمون جانب الصمت المدمر والهدوء ويؤذون شريك الحياة وذلك بحرمانه من الحب الذي

يستحقه وهذا الأسلوب لا يقتصر على النساء فقط بل إن الرجال أيضاً يسلكوه.

ما يحصل عند اتباع هذا الأسلوب هو تحقيق سلام وهدوء مؤقت وغير حقيقي. فالمشاكل التي لا تتم مناقشتها ولا يتم حلها فإنها وبالتأكيد ستظهر آثارها وتؤثّر على العلاقة الزوجية وتضعفها. وبعد أن تضعف العلاقة بين الرجل والمرأة يحاول كل منهما إيجاد طريقة يتمكن من خلالها التعايش مع المشاكل المؤلمة والمستعصية.

٣ ـ **التصنّع**: هذا الأسلوب غالباً ما تتبعه المرأة، فلكي تجنّب المرأة نفسها الألم والمعاناة جراء ما يحصل من مشاكل وجدل تحاول التظاهر بأن كل شيء على ما يرام وليس هناك أية مشاكل أو منغصّات. تقوم المرأة بوضع ابتسامة مصطنعة على وجهها وتُظهر السعادة لكل من حولها.

ما يحصل بمرور الزمن هو تولّد شعور الضجر والملل عند المرأة، تشعر بأنها هي التي تعطي الرجل دائماً ما يريد وبالمقابل فإنها لا تحصل على ما تريد. وهذا الضجر يمنع المرأة من الحب والشعور به. لا تعد تشعر بالحب ولا تقدمه، تصبح الحياة رتيبة ولا طعم لها. في حالة التصنّع سواء كان من قبل الرجل أو من قبل المرأة فإن كلاهما يخشى الإفصاح والتعامل مع شعوره الحقيقي، يود كل من الرجل والمرأة نسيان الواقع الأليم ويحاولان التظاهر بأن كل شيء على خير ما يرام، وإذا سُئل أحدهما عن الوضع الذي يعيشه فيكون ردّه (كل شيء على خير ما يرام).

عندما يستعمل الرجل الإجابة السابقة فهو في الحقيقة يقول في داخله (لا شك إن كل شيء على خير ما يرام وذلك لأني أعالجها بنفسي ولوحدي). أو كأنما يقول في داخله (الأمور بخير لأني أعرف جيداً ما يجب عمله).

على عكس المرأة فعندما تستعمل مثل تلك الإجابة فهي دلالة على

إنها تحاول تجنب الجدل والخصام والمشاكل التي قد تنتج عن ذلك.

بالنسبة للمرأة فهي عندما تحاول التصنع والتظاهر بأن كل شيء على ما يرام بالرغم من وجود مشاكل بينها وبين الرجل فإنها في الحقيقة تمنع حدوث حالة التموّج الطبيعية عندها، وهنا قد تحاول المرأة إقناع نفسها بأن الأمور فعلاً بخير وعلى ما يرام، بينما في الحقيقة هي ليست كذلك. وعندها تحاول المرأة تقديم نوع من التضحية وتحاول التنكّر لاحتياجاتها الأساسية وعواطفها وذلك خشية حصول مشاكل. هذا التصرف خطير ويضرّ كثيراً بالمرأة وبصحتها النفسية والجسدية.

٤ ـ **ألطي**: المقصود بالطي هو الاستسلام، وهذا التصرف غالباً ما يكون من قبل المرأة فبدلاً من الدخول في جدل قد يطول ويعرض وقد يجرّ إلى مشاكل أكبر من المشكلة التي بينها وبين الرجل تقوم المرأة بالإستسلام. تستحمل المرأة تصرفات الرجل وغلاظته وخشونته وتلتزم جانب الإستسلام وعدم المقاومة أو حتى الدفاع عن نفسها.

ما ينتج عن مثل هذا التصرف ما يعرف بالعلاج المؤقت، تفادي المشاكل في تلك اللحظة. وهنا نقول إن مثل هذا التصرف لا شك وإنه يمنع حدوث مشاكل جديدة ويضع الغطاء على المشكلة القديمة بين الرجل والمرأة، إلا إن هذا التصرف خطير وله مردود سلبي على المرأة نفسها وعلى العلاقة بينها وبين الرجل. فعلى المدى البعيد ستخسر المرأة نفسها وذاتها.

لنلق نظرة على هذه الحالة: اشتكى أحد الأزواج إلى الطبيب النفساني من زوجته قائلاً: (أنا فعلاً أحب زوجتي فهي لا تتأخر في إعطائي كل ما أريد منها، مشكلتي الوحيدة معها هي أن زوجتي تعيسة دائماً ولا أعرف السبب في تعاستها!؟).

مشكلة الزوجة الحقيقة هي إنها عاشت مع زوجها مدة عشرين سنة

تنكرت خلالها لنفسها وجمحت كل رغباتها واحتياجاتها في سبيل إسعاد زوجها. طيلة هذه السنوات لم تحصل بينهما أية مشكلة. وعندما سألها الطبيب النفساني عن حياتها مع زوجها ردّت عليه قائلة: (أنا وزوجي تربطنا علاقة عظيمة وزوجي يحبني كثيراً. إلا إن هناك مشكلة واحدة ألا وهي حالتي النفسية فأنا دائمة التعاسة والاكتئاب ولا أعلم سر ذلك؟).

سر تعاستها واكتئابها يكمن في كونها عاشت مدة عشرين سنة من حياتها وهي متنكرة لنفسها ولذاتها ولاحتياجاتها وذلك خوفاً من حصول المشاكل. قضت عشرين سنة في الموافقة على كل ما يريد ويقول الزوج. خلال كل تلك السنين لم تحاول الإفصاح عن حقيقة مشاعرها ورغباتها، صاغت نفسها ووضعتها في قالب يوافق الرجل ويلّبي متطلباته، إلا أن ثمن ذلك كان باهظاً ومكلّفاً، كان الثمن تعاستها وضياع نفسها وموت مشاعرها.

عزيزي القارىء وعزيزتي القارئة، قد تجدون أنفسكم في موقف مشابه للحالات السابقة أو في أكثر من موقف واحد، التهرّب من مواجهة الحقيقة واللجوء إلى أسلوب غير صحيح لا يدرّ بأية فائدة وعواقبه وخيمة، قد يكون علاجاً ناجعاً في تلك اللحظات وقد يقيكم شر المواجهة وتصعيد الموقف، إلا أنه بالتالي سيكون مصدر شقاء وتعاسة دائمة.

الواجب علينا أن لا نتهرب من مواجهة الواقع ولا نلجأ إلى مثل هذه الأساليب لمعالجة الموقف، علينا أن نتعرف على المشكلة ونشخّصها تشخيصاً سليماً ونعالجها. علينا أن نتعرف على الأسلوب الصحيح للنقاش ونبتعد عن الجدل والخصام، مثل التوقف الصحيح عن الكلام وذلك عندما نشعر أن النقاش في طريقه للتحول إلى جدل. التوقف المعقول والذي يساعدنا على الهدوء والراحة والذي يمكننا من العودة للمناقشة بحالة نفسية أفضل من السابق أملاً في الوصول إلى شاطىء السلام وإلى حل سليم يوافق رغبات الجميع ويحقق الفرحة لهم.

لماذا نتجادل؟

هناك أموراً كثيرة تحدث بين الرجل والمرأة تدعو إلى النقاش وتنقلب بعد ذلك إلى جدل. فغالباً ما يكون الجدل حول أموراً تتعلق بالمال أو اتخاذ قرارات تخص العائلة أو مشاكل الأطفال أو مسؤوليات الأمور المنزلية أو حتى حياتهم الجنسية.

نقاشات الزوجين حول هذه المواضيع غالباً ما تنقلب إلى جدل مؤلم وخصام وسبب ذلك الجدل هو عدم شعور أحدهما بحب الطرف الآخر الكافي له أو لها. ولكون عالم الرجال يختلف عن عالم النساء. فالمرأة لا تدرك بطبيعتها لما يحتاجه الرجل ليتمكن من التعامل مع الخلافات والآراء والمشاعر بنجاح، وكما ذكرنا سابقاً فإن الجدل بين الرجل والمرأة يكون أصعب وتكون نتائجه أعوص عندما يكونان مرتبطان برابطة الزواج. فجدل الرجل مع امرأة أخرى أقل وقعاً وحدّة وكذلك جدل المرأة مع رجل آخر له نفس الوقع. لذلك عندما تبدي الزوجة عدم إعجابها بأي عمل يقوم به الزوج عندها يقوم الزوج بأخذ الموضوع بصورة شخصية ويتصور أن ذلك النقد الموجّه من الزوجة هو إليه شخصياً وليس لذات العمل الذي قام به، ويشعر ساعتها بعدم حب الزوجة له.

يكون الرجل في قمة الاستعداد للتعامل مع المشاكل والخلافات وذلك عندما يشعر بأنه استوفى احتياجاته الأساسية للحب. ولكن عندما يشعر الرجل بحرمانه من احتياجاته الأساسية للحب فإن إسلوبه في التعامل مع المشاكل والخلافات يتغيّر تماماً ونراه يلتزم جانب الدفاع ويكشف للمرأة الجانب الآخر الذي فيه. وهنا يشهر سيفه استعداداً للقتال.

عادة قد يبدو الرجل ظاهرياً وكأنه يجادل في مواضيع المال أو المسؤوليات العائلية أو ما شابه ذلك، إلا أن السبب الحقيقي الذي يجادل فيه الرجل والذي يدفعه إلى إشهار سيفه هو عدم شعوره بحب المرأة الكافي له في

ذلك الوقت. فجدل الرجل ظاهرياً يختلف عما يكنّه في داخله وعما يظنه في ذلك الوقت وعن الأسباب التي دفعته إلى الجدل. هذه حقيقة ثابتة ولا يمكن إنكارها. نذكر أدناه تفصيل لما قد يكون السبب الحقيقي الذي يجادل الرجل من أجله وأمامه بعض التوصيات التي يحتاج الرجل إلى الشعور بها:

السبب الخفي:

١ ـ لا يعجبني غضبها واستياءها حول الأمور التافهة التي أقوم بها أو أهملها. أشعر وقتها بأنها تنتقدني وترفضني ولا تقبلني.

٢ ـ لا تعجبني إرشاداتها ونصائحها لي حول كيفية التعامل مع الأشياء. أشعر بعدم إعجابها بي وكذلك أشعر وكأنها تعاملني على أني طفل صغير.

٣ ـ لا يعجبني اتهاماتها لي ولومي على تعاستها وعدم سعادتها. لا يشجعني ذلك على الشعور بأني فارس أحلامها.

٤ ـ لا يعجبني تشكّيها من كثرة الأعمال التي تقوم بها وتصوّرها عدم تقديري لها وللمجهود الذي بذلته في إنجاز ذلك. ذلك يجعلني أشعر بعدم تقديرها لما أقوم أنا به من أعمال من أجلها.

٥ ـ لا يعجبني قلقها الدائم على الأمور التي أقوم بها. قلقها هذا يجعلني أشعر بأنها لا تثق بي ولا بقدراتي.

٦ ـ لا يعجبني توقعها الكلام من جانبي عندما ترغب هي في الكلام. أو أقوم بعمل أشياء في أي وقت تطلب مني ذلك. أشعر بعدم احترامها وقبولها لي.

٧ ـ لا يعجبني حساسيتها الزائدة عن الحد المعقول لما أقول. أشعر بعدم ثقتها بي وعدم فهمها إياي وإرغامي على الابتعاد عنها.

٨ ـ لا يعجبني توقعها إمكانيتي قراءة أفكارها. أنا لا أستطيع ذلك. أشعر بالحرج وعدم الكفاءة.

ما يحتاج الرجل إلى الشعور به:

١ ـ يحتاج الرجل إلى الشعور بأن المرأة تقبله على ما هو عليه. إلا إنَّ ما يشعر به هو محاولة المرأة لتقويمه وإصلاحه.

٢ ـ يحتاج الرجل إلى الشعور بأن المرأة معجبة به، إلا إن ما يشعر به هو خذل المرأة له.

٣ ـ يحتاج الرجل إلى شعور التشجيع، إلا إنَّ ما يشعر به هو الإحباط والاستسلام.

٤ ـ يحتاج الرجل إلى شعوره بتقدير المرأة لما يقدّمه لها. إلا إن ما يشعر به هو عدم تقديرها لجهوده وكذلك لومها له وعدم اعترافها بالجميل. وكذلك يشعر بالضعف وقلة الحيلة.

٥ ـ يحتاج الرجل إلى شعور ثقة المرأة به وبتقديرها لمساهماته في توفير الحماية لها. إلا إنَّ ما يشعر به الرجل هو إنه المسؤول عن تلك المخاوف التي تبديها المرأة.

٦ ـ يحتاج الرجل إلى أن يشعر بقبول المرأة له على الوضع الذي هو عليه. إلا إنَّ ما يشعر به الرجل هو سيطرة المرأة عليه وإجباره على الكلام أو القيام ببعض الأمور، يشعر بعدم قناعتها به.

٧ ـ يحتاج الرجل إلى تقبّل المرأة له وإلى ثقتها به. إلا إنَّ ما يشعر به هو رفضها له وعدم مسامحته.

٨ ـ يحتاج الرجل إلى أن يشعر بتأييد المرأة له وقبولها به. إلا إنَّ ما يشعر به هو كونه إنسان فاشل.

ما يساعد الرجل على الابتعاد عن الخوض في مجادلات طويلة وعريضة ومؤذية هو شعوره بالحصول والاستمتاع بالاحتياجات العاطفية الأساسية. فعندما يشعر الرجل بحصوله على ذلك فإنه عندها يكون مستعداً للإستماع للمرأة

والتحدث إليها بإسلوب ودي لطيف ويبدي تفهماً واهتماماً ورعاية خاصة للمرأة.

وعند تحقق ذلك فيمكن ومن خلال النقاش الودي الهادىء التغلّب على كل الصعاب وحل المشاكل وتفهّم وجهات النظر المختلفة والوصول بالسفينة إلى بر الأمان بدلاً من الجدل وإثارة الخصام. ومثلما يساهم الرجل في تصعيد وتأزيم الموقف فالمرأة تساهم أيضاً في تكبير حجم المشكلة وتطوير الموقف وإيصاله إلى الخصام والشجار بعدما كان عبارة عن نقاش هادىء. إلا أن الأسباب التي تدفع المرأة إلى القيام بذلك تختلف عن الأسباب عند الرجل. فقد تبدو المرأة ظاهرياً وكأنها تجادل الرجل في أمور عامة، مثل الناحية المالية أو مسؤوليات المنزل أو أي شيء آخر. إلا أن الأسباب الحقيقية التي دفعت المرأة إلى تصعيد الموقف وقلب ذلك النقاش الهادىء إلى جدل وخصام هي بالتأكيد أسباباً أخرى غير التي تجادل فيها. إنها أسباباً خفية تعتري المرأة وشعورها الداخلي في تلك اللحظات. قد تدفع الأسباب الظاهرية بالمرأة إلى النقاش ومحاولة إثبات وجهة نظرها وأحقيّتها، إلا أن الأسباب الخفية هي التي تدفع المرأة إلى تصعيد الموقف وقلب النقاش إلى جدل وخصام.

وهنا نذكر تفصيل لما قد يكون السبب الحقيقي الذي تجادل المرأة من أجله، وأمامه بعض التوصيات لما على المرأة أن تشعر به وتتذكره.

السبب الخفي:

١ ـ لا يعجبني تقليله من أهمية مشاعري ومتطلباتي، أشعر بأني غير مهمة في حياته.

٢ ـ لا يعجبني نسيانه أشياء طلبتها منه في السابق. وعندما أكرر طلبي أظهر بمظهر اللحوحة الكثيرة الطلبات، أشعر وكأني أستجدي وأستعطفه مساعدتي.

٣ ـ لا يعجبني ملامته لي على تعاستي وسوء حالتي النفسية. أشعر وكأن من

واجبي أن أكون متكاملة كي أستحق منه الحب، أنا لست متكاملة.

٤ ـ لا يعجبني صوته المرتفع وصراخه وذكره لقائمة طويلة وعريضة لأسباب تؤيد على إنه على حق. أشعر وكأني على خطأ وإنه لا يهتم بوجهة نظري بصورة عامة.

٥ ـ لا يعجبني تزمتّه وصلابة موقفه وذلك عندما أسأله بعض الأسئلة التي تتعلق بقرارات مهمة يجب علينا البت فيها. أشعر وكأني عبأ ثقيل عليه أو أني أحاول إضاعة وقته.

٦ ـ لا يعجبني سكوته وعدم إجابته على أسئلتي أو ملاحظاتي. أشعر وكأني غير موجودة.

٧ ـ لا يعجبني تبريراته بعدم إعطائي الحق في التعبير عن حقيقة شعوري السلبي مثل التألم أو الغضب أو القلق. أشعر بعدم مساعدته لي وإن حقيّ مهضوم.

٨ ـ لا يعجبني توقعه أو طلبه مني الابتعاد المستمر عنه. أشعر وكأني على خطأ أو أن شعور الحب الذي عندي هو دلالة على ضعفي.

ما تحتاج المرأة إلى الشعور به:

١ ـ تحتاج المرأة إلى الشعور بأن لها الحق في التعبير عن مشاعرها وأن لها معزّة وكرامة ومكانة في حياة الرجل؛ إلا أن ما تشعر به هو تجاهل الرجل لها.

٢ ـ تحتاج المرأة إلى أن تشعر بأن الرجل يحترمها وإنه دائم التفكير بها. إلا أن ما تشعر به هو إهمال الرجل لها وإنها آخر من يأتي في قائمته.

٣ ـ تحتاج المرأة إلى تفهم الرجل لتعاستها وتأكيده لحبه إياها. وكذلك عليه أن يبين للمرأة أن الكمال لله تعالى وحده. إلا أن ما تشعر به المرأة هو القلق وعدم الأمان.

٤ - تحتاج المرأة إلى تفهم واحترام الرجل لها. إلا أن ما تشعر به هو إهمال الرجل لها وعدم الاستماع لما تقول.

٥ - تحتاج المرأة إلى أن تشعر باهتمام الرجل بها واحترام احتياجاتها لطلب المعلومات. إلا أن ما تشعر به هو عدم احترام وتقدير الرجل لها.

٦ - تحتاج المرأة إلى تأكيد اهتمام الرجل بها وعلى سماعه لها عند تكلمها. إلا أن ما تشعر به هو إهمال الرجل لها وتجاهله إياها.

٧ - تحتاج المرأة إلى الشعور بأحقيتها في التعبير عن شعورها السلبي وتفهم الرجل لشعورها هذا. إلا أن ما تشعر به هو عدم حب ومساعدة وحماية الرجل لها.

٨ - تحتاج المرأة إلى الشعور بأنها محترمة ولها معزّة وموّدة عند الرجل وخصوصاً عندما تحاول مشاركة مشاعرها معه. إلا أن ما تشعر به هو عدم الأمان وعدم حماية الرجل لها.

وبالرغم من الأحقية والشرعية في كل هذه المشاعر والاحتياجات المؤلمة، إلا أنها وللأسف لا يتم التعامل معها بشكل مباشر وفوري. ما يحصل هو تكدّس هذه المشاعر المؤلمة وتزاخمها لفترة طويلة من الزمن، وبعد ذلك نلاحظ تفجّر الموقف وخروج كل هذه المشاعر مرة واحدة وعند ذلك يكون من الصعب السيطرة عليها أو تهدأتها.

ما يحتاج إليه كل من الرجل والمرأة هو أن يتفهما بعضهما البعض ويتعاملا مع الأمور جميعاً، وبالذات الحساسة منها بصورة سريعة وعدم تأجيلها. على كل منهما أن يتعامل مع المشكلة وذلك عن طريق طرحها ونقاشها بصورة موضوعية مراعياً شعور الطرف الآخر.

وإذا تم ذلك فعندها يمكن قلب الجدل والخصام إلى نقاش هادىء خال من إثارة الأعصاب وفوران الدم وبعيداً عن المشاكل. عندها يمكن حل كل

الأمور والمشاكل بشكل ودي يرضي الطرفان ويبعدهما عن شبح تعقيد الأمور.

تحليل الجدل:

غالباً ما يكون هناك موضوع ما أو مشكلة ما يتناقش فيها الزوجان وبعد فترة قليلة تتعقد الأمور وينقلب ذلك النقاش الهادىء إلى جدل وخصام.

لا يعلم الزوجان ساعتها سبباً لهذا الجدل، فالرجل يحاول أن يلقي اللوم على المرأة، والمرأة تحاول الدفاع عن نفسها وعن موقفها. كأن كل منهما يناقش من وجهة نظره الخاصة ولم يتوقع أي منهما الوصول إلى هذه الحالة؛ وبعد الوصول يظن كل منهما إنه كان على حق وإن الطرف الآخر هو المخطىء وهو الذي أوصل الأمور إلى ما آلت إليه.

عادة ما يكون هناك تحليل منطقي وأساسي لكل جدل مؤلم ومرير. والمثال التالي والذي هو أصلاً حادثة حصلت بين زوجين يوضّح لنا تسلسل ما قد يحصل بين أي زوجين آخرين.

ذات يوم خرج الزوج فؤاد مع زوجته فريال في نزهة قصيرة للترفيه عن خاطرهما وإراحة أعصابهما بعد قضاء يوم عمل شاق، كان كل شيء على خير ما يرام بينهما. وبعد أن انتهيا من تناول الطعام بدأ الزوج فؤاد بالتحدث إليها، ومن جملة ما ذكره هو «فكرة إمكانية الدخول في مشروع استثماري مربح، مشروع سيعود عليهما بعائد مالي ممتاز».

وبعد أن انتهى فؤاد من كلامه حول هذا المشروع بدت على وجه زوجته فريال علامات الغضب وبعد ذلك قالت: كيف يمكن لك أن تفكر بمجازفة كبيرة مثل هذه؟

استغرب الزوج فؤاد من ردة فعل زوجته فريال إذ أن المسألة (من وجهة نظره) كانت مجرد فكرة لا أكثر. نعم، فكرة في بدايتها ولم يبدأ بتنفيذها بعد.

إلا أن ما سمعته وفهمته الزوجة فريال (بسبب طبيعة النساء) هو أن فؤاد

قد فكر بهذا الموضوع وإنه كان ينوي المضي قدماً في تنفيذه دون أخذ رأيها أو مشاورتها.

عندما لاحظ فؤاد غضب زوجته فريال عليه، ثارت أعصابه وغضب هو أيضاً ودخلا في مجادلة طويلة انتهت بخصام وزعل استمر عدة أيام.

ظن فؤاد أن زعل وهيجان فريال كان بسبب عدم قناعتها وتأييدها لفكرة الاستثمار ولذلك قام بمحاولات كبيرة لتوضيح فكرة المشروع والأرباح المتوقعة (ومن البديهي جداً أن محاولات فؤاد كانت مصحوبة بشحنة غضب وتوتر أعصاب).

ظاهرياً، فإن فريال كانت تجادل في فكرة الاستثمار والمجازفة الكبيرة التي تصحبها والتي قد تسبب خسارة كبيرة لهما. هذا هو السبب الظاهر إلا أن السبب الحقيقي الذي أثار فريال وجعلها تفقد صوابها ودفعها إلى الرفض والجدل هو أن الزوج فؤاد فكّر بهذا الاستثمار ولم يعر أية أهمية لها ولرأيها، وكذلك عدم احترامه لحقها في الغضب.

هاج الزوج فؤاد وماج ورفع صوته وبدأ في الحديث محاولاً الدفاع عن نفسه وعن فكرة المشروع وعن الأرباح المتوقعة. لم ينتبه فؤاد إلى السبب الحقيقي الذي أثار غضب فريال وأوصل الأمور بينهما إلى ما وصلت إليه.

وفي نهاية الجلسة اعتذرت فريال عن سوء فهمها وعدم ثقتها به وهدأ الإثنان وعادت الأمور إلى وضعها الطبيعي.

وبعد أن هدأ الموقف وارتاح الإثنان سألت فريال زوجها فؤاد السؤال التالي: (حصل بيننا مثل هذا الجدل عدة مرات في الماضي، في كل حادثة أكون أنا التي دائماً تغضب لسبب أو آخر وبعد ذلك تغضب أنت لغضبي وبالتالي أقوم أنا بالاعتذار لإغضابك، أعتقد أن هناك شيء ما مفقود. أود ولو لمرة واحدة تقوم أنت بالاعتذار لإغضابي).

هنا انتبه الزوج إلى كلام زوجته فريال وإلى فحوه وإلى خطورته، فتوقع اعتذار الزوجة المستمر أمر فيه إجحاف بحقها، خصوصاً إذا كان الزوج هو الذي أثار الزوجة وأغضبها. لنحاول تجسيد مراحل النقاش الذي يتحول إلى جدل، والأسباب التي تساعد في ذلك:

١ ـ تبدي المرأة غضبها واستياءها بسبب فكرة ما طرحها الرجل (مثل فكرة الاستثمار التي حاول فؤاد إقناع فريال بها).

٢ ـ يقوم الرجل بشرح الفكرة مبيناً للمرأة فوائد الفكرة وكذلك يحاول إقناع المرأة بعدم أحقيتها في الغضب والاستياء.

٣ ـ يزيد غضب المرأة وذلك لشعورها بمحاولة الرجل إنكار حقها في التعبير عن رأيها السلبي الذي لا يوافقه ولا يوافق آراءه. يتضاعف غضبها وذلك لسببين، الأول هو الموضوع الذي كان مدار النقاش، والثاني هو إنكار الرجل لحقها في التعبير عن مشاعرها.

٤ ـ يغضب الرجل والسبب هو شعوره بعدم تأييد المرأة له. يقوم بعد ذلك بإلقاء لوم غضبه عليها، ويتوقع منها الاعتذار.

٥ ـ قد تقوم المرأة بالاعتذار وتستغرب لما حصل، أو قد تزداد غضباً ويتصاعد الموقف وتكون النهاية مؤلمة وغير سارة للطرفين.

لو ألقينا نظرة فاحصة على الجدل لأمكننا ملاحظة سهولة علاج مثل هذه المواقف بصورة عملية وسليمة. لو وضع الرجل في الحسبان نقطة «الاختلاف الطبيعي بين الرجل والمرأة» لتمكن ساعتها من ممارسة ضبط النفس وعدم محاولة إيقاع لوم غضبه على المرأة. وطبعاً فإن ذلك يساعد كثيراً في عدم تصعيد الموقف وتأزّمه. وكذلك وبدلاً من إيقاع الرجل لوم غضبه على المرأة يمكنه الاستماع جيداً إلى كلام المرأة أثناء النقاش يتعرّف على السبب الحقيقي لاعتراضها وعلى وجهة نظرها في الموضوع، ومن ثم يمكنه إظهار رعايته

واهتمامه بالمرأة. فحتى لو إن الرجل كان على حق وإن المرأة قد أساءت فهمه وفهم وجهة نظره في ذلك الموضوع، فيمكن للرجل توضيح المسألة للمرأة بإسلوب هادىء بعيداً عن التشنجات العصبية وكذلك يمكنه تقديم نوع من الاعتذار وذلك بسبب عدم تمكّنه من توضيح وجهة نظره بصورة سليمة في البداية والتي ساهمت في غضب المرأة.

تصعيد الموقف وقلب النقاش إلى جدل وخصام لم يكن من صنع المرأة فهي لا تحتاج ولا ترغب في ذلك، كل ما حصل هو خطأ ارتكبه الرجل في أسلوب عرضه للموضوع، وسوء فهم من قبل المرأة والخطئان هما حصيلة (الاختلاف بين طبيعة الرجل وطبيعة المرأة).

بعض الأحيان يكون من الصعب جداً على الرجل تقديم الاعتذار للمرأة أثناء النقاش أو الجدل خصوصاً إذا شعر أنه على حق وإن المرأة على خطاء. ما يمكن للرجل أن يفعله في سبيل تحاشي المشاكل هو أن يتوقف عن الكلام ويأخذ نفساً عميقاً وأثناء ذلك يحاول أن يضع نفسه مكان المرأة ويتصور شعور المرأة ويتعرف على الأسباب التي صعّدت الموقف من خلال وجهة نظر المرأة، وبعد ذلك يقول (أنا آسف لغضبك هذا).

لا شك أن هذا القول ليس فيه دلالة صريحة على اعتذار الرجل للمرأة، إلا أنه يرسل إشارة واضحة وصريحة للمرأة مفادها اهتمام الرجل بها وبمشاعرها، وهذه الإشارة تريح المرأة وتساعدها على العودة إلى وضعها الطبيعي.

بصورة عامة، فإن الرجل نادراً ما يقوم بالاعتذار، فتقديم الاعتذار بالنسبة للرجل معناه أن الرجل قد ارتكب خطأ في موضوع ما وهو يأسف على ارتكابه لذلك الخطأ.

بينما تقديم الاعتذار من جانب المرأة له معنى آخر، فعندما تقول المرأة (أنا آسفة) فإن أسفها هذا عبارة عن قولها (أنا فعلاً أهتم بمشاعرك)، ولا يعني

أنها تعتذر عن ارتكابها لخطأ ما.

من خلال معرفتنا للفرق الكبير في معنى الاعتذار بالنسبة للرجل والمرأة، يمكن للرجل الاستفادة من ذلك استفادة كبيرة خصوصاً بالنسبة للرجل الذي لا يحب الاعتذار للمرأة. فبما أن معنى الاعتذار عند المرأة هو الاهتمام بمشاعر الطرف الآخر وليس الاعتذار عما قامت به من أعمال، فيمكن للرجل استغلال تلك النقطة واتباع نفس الأسلوب. يمكن أن يقول (أنا آسف) وهذا القول لا يعني أبداً اعتذاره للمرأة عما فعله بل إن ذلك يدل على اهتمامه بمشاعر المرأة وبها، وهكذا يستطيع الرجل من الاحتفاظ بماء الوجه وموقفه، ويريح المرأة ويسعدها في نفس الوقت. كما علمنا فإن النقاش في معظم الأحيان يتحول إلى جدل ويتصاعد الموقف ويتأزم بسبب تصلّب الرجل في موقفه وكذلك عدم إعطائه المرأة حق التعبير عن مشاعرها مما يدفع المرأة إلى التجاوب السلبي معه. ولتجنّب المشاكل على الرجل أن يعوّد نفسه على إعطاء المرأة الحق في التعبير عن مشاعرها. وعلى المرأة كذلك أن تعوّد نفسها على التعبير عن مشاعرها بأسلوب النقاش الهادىء والدخول في صلب الموضوع والابتعاد عن عدم تأييد الرجل.

هذا النوع الجديد في التصرف سيساعد على تقليل الجدل والابتعاد عن الخصام والمشاكل.

كيف وبعفوية يبدأ الرجل الجدل:

أكثر الطرق شيوعاً والتي يقوم من خلالها الرجل بتصعيد الموقف وإثارة الجدل هي عدم اكتراثه بمشاعر المرأة أو بوجهة نظرها. فقد يقول الرجل للمرأة التي تواجه مشكلة ما وتكون وقتها قلقة وفي حالة نفسية سيئة (آه لا تهتمي لذلك). هذه العبارة يمكن للرجل قولها لرجل آخر يمر بمثل تلك الظروف، ويكون لها تأثير إيجابي على الرجل الآخر. إطلاق الرجل هذه العبارة للترفيه عن خاطر رجل آخر فيها دلالة على الصداقة والاستعداد لتقديم المساعدة، إلا

إن الرجل الذي يقول ذلك لإمرأة تربطه بها صلة قوية فإن ما تعنيه الجملة (آه لا تهتمي لذلك) هو عكس ما يعنيه الرجل بالضبط. نعم فمثل هذا الكلام بالنسبة للمرأة معناه عدم اهتمام الرجل بمشاعر المرأة (ليس لك حق القلق) وطبعاً فإن المرأة عند ذلك تتألم أكثر وتغضب.

وقد يحاول الرجل التخفيف من حدة الموقف على المرأة فيقول: (إنها ليست مشكلة عويصة) وبعد ذلك يقوم بطرح الحلول العملية للتغلب على المشكلة، وبعدها يتوقع الرجل هدوء المرأة ومن ثم شعورها بالسعادة! يا سبحان الله على سوء الفهم المنبثق من الاختلاف السايكولوجي. هناك حالة شائعة يقوم الرجل وبدون دراية إلى جر إثارة المرأة وجرها إلى الجدل، فعندما يقوم الرجل بعمل ما لا يعجب المرأة فإن المرأة تنزعج لذلك وتبدأ بالكلام والغضب وهنا يحاول الرجل وبسليقته تطييب خاطر المرأة وتهدأتها وذلك بشرح ما قام به وبعد ذلك يحاول إفهام المرأة أن لا داعي لغضبها. يحاول أن يجعل الأمور تبدو وكأنها بسيطة جداً ولا داعي لقلق المرأة. يوضح لها إن ما قام به هو لسبب منطقي وعقلي قوي دفعه إلى ذلك.

هنا لا يعلم الرجل مدى تأثير تلك المحاولة السلبي على المرأة ونفسيتها، تشعر المرأة بأن الرجل يحاول سلب حقها في التعبير عن شعورها السلبي وعن إبداء غضبها، فعندما يقوم الرجل بالشرح والتعليل ومحاولة تبريره للقيام بذلك العمل فإن الرسالة الوحيدة التي تستلمها المرأة في ذلك الوقت هي أن الرجل لا يهتم بمشاعرها. هذا كل ما تفهمه المرأة أثناء ذلك.

كي تتمكن المرأة من التزام جانب الهدوء والاستماع إلى شرح الرجل فهي وقبل ذلك تحتاج من الرجل أن يسمعها أولاً ويفهم وجهة نظرها والأسباب القوية التي أدت إلى غضبها.

ما يجدر بالرجل فعله ليتجنب سوء الفهم وإثارة المرأة هو تأجيل خوضه في التبرير والتعليل، عليه أولاً الاستماع للمرأة وما تقول فهذا الاستماع يساعد

المرأة كثيراً على التنفيس عن خاطرها وبعد ذلك تكون مستعدة للإستماع إليه وإلى ما يود قوله. قد يبدو اتباع هذا الأسلوب الجديد صعباً في البداية وخصوصاً بالنسبة للرجل إلا أنه وببعض الممارسة فإنه يصبح سهلاً ويساعد على تجنّب الكثير من المشاكل التي لا داعي لها.

بصورة عامة، عندما تبدأ المرأة بالتشكي والغضب فإن كل خلية في بدن الرجل تتحرك وفيها قائمة طويلة من التبريرات التي تدل على عدم ضرورة غضب المرأة. لا يقصد الرجل أبداً بأن يجعل الأمور تسير من سيء إلى أسوأ، فمبادرته السريعة إلى الشرح والتعليل إنما هي طبيعة بشرية موجودة فيه.

فكّر أحد الأزواج بالقيام بعمل شعر أنه مناسباً وفيه فائدة كبيرة، فكّر بموضوع استثماري، وهنا وقبل أن ينفذ الزوج فكرته أراد ومن منطلق حبه لزوجته إشراكها في ذلك ومناقشة الموضوع معها وأخذ رأيها فيه.

كان صاحبنا هذا على دراية تامة بمسألة الاختلافات السايكولوجية بين الرجل والمرأة وهنا فكر بإيجاد الطريقة المثلى لمفاتحة زوجته بذلك.

ذات يوم وبينما كانا جالسين في أحد المطاعم وهما يتمتعان بالجو اللطيف والطعام اللذيذ وكانا في حالة نفسية ممتازة، قال الزوج لزوجته (حبيبتي، هناك فكرة راودتني مؤخراً وأود أخذ رأي حبيبتي وشريكة حياتي فيها، إنها مجرد فكرة. نعم مجرد فكرة قابلة للشروع فيها أو التعديل أو حتى الإلغاء، فكرة قد تكون فيها فائدة كبيرة علينا أو قد ينتج عنها خسارة وبما أنك حبيبتي وشريكة حياتي ورأيك دائماً مهم جداً بالنسبة لي، عليه وقبل كل شيء لا بد من مفاتحتك ومناقشة الموضوع معك). وهنا طرح عليها الفكرة التي كانت في رأسه. وفي أثناء العرض كان دائم القول: تذكري إنها مجرد فكرة ولا وجود لها على الطاولة (أي عملياً).

بعد أن انتهى الزوج من شرح فكرته قامت الزوجة بمناقشة الفكرة مناقشة مسهبة وكان الجو العام جوّ ودي خال من العصبية والتشنجات، وبعد ذلك

استقرا على رأي واحد وأكملا تمتعهما بتلك الأمسية الجميلة. القصة حقيقية حصلت معي وأنا ذلك الزوج الذي تكلمت عنه.

كيف وبعفوية تبدأ المرأة الجدل؟

أكثر الطرق شيوعاً والتي تقوم المرأة من خلالها بإغضاب الرجل وإثارة الجدل هي (عدم المباشرة) وذلك عند تبادلها الحديث مع الرجل. فبدلاً من أن تعبّر المرأة عن غضبها أو كرهها أو خيبة أملها بصورة مباشرة وصريحة، وبدلاً من ذلك تقوم بطرح أسئلة تعنيفية، وبدراية أو بدون دراية ترسل المرأة إلى الرجل رسالة مفادها عدم تأييدها له.

وحتى لو أن المرأة لم تقصد إرسال مثل تلك الرسالة، إلا أن ما يفهمه الرجل هو تلك الرسالة. فعلى سبيل المثال عندما يتأخر الرجل في الخارج قد تشعر المرأة بعدم الراحة في انتظار عودته أو قد تشعر بالقلق عليه. تبقى تنتظر وعندما يعود الرجل إلى البيت وبدلاً من أن تعبر عن رأيها للرجل وهو عدم الراحة في الانتظار أو القلق عليه، تبدأ المرأة بطرح أسئلة تدل على تعنيف الرجل، مثل قولها (كيف يمكنك التأخر هكذا؟) أو (ما المفروض عليّ اعتقاده عندما تتأخر؟) أو (لِمَ لم تخبرني بأنك ستتأخر؟).

لا شك أن سؤال المرأة للرجل (لِمَ لم تخبرني بأنك ستتأخر) يكون مقبولاً إذا كان هدفها هو البحث عن السبب الذي دفع الرجل إلى التأخير، إلا أن نبرات صوت المرأة الغاضبة أثناء قولها ذلك لا تدل على حرصها على معرفة السبب، بل إنها تدل على غضب المرأة وعدم رضاها على ذلك التأخير وإنها لن تسمح بمثل ذلك في المستقبل.

عندما يسمع الرجل سؤال (استجواب) المرأة له (كيف يمكن لك أن تتأخر؟) أو (لِمَ لم تخبرني بأنك ستتأخر؟) فالرجل في هذه الحالة لا يسمع مشاعر المرأة بل ما يسمعه هو عدم رضاها وانزعاجها لذلك التأخير. يسمع رغبتها التطفلية التي لا مبرر لها في مساعدته على أن يصبح أكثر تحملاً

للمسؤولية، يشعر بهجوم المرأة عليه وعندها يلتزم جانب الدفاع.

أما بالنسبة للمرأة فلا علم لها بما يحصل للرجل داخلياً، لا تعلم في هذه اللحظة مدى الألم الذي تسببه للرجل نتيجة تصرفها هذا.

ومثلما تحتاج المرأة إلى اعتراف الرجل بأحقيتها في التعبير عن مشاعرها الإيجابية والسلبية، كذلك يحتاج الرجل إلى تأييد المرأة له. والقاعدة تقول: كلما زاد حب الرجل وتعلّقه بالمرأة كلما زادت حاجته إلى تأييد تلك المرأة له.

يكون شعور التأييد هذا موجوداً عند الرجل منذ بداية علاقته بالمرأة ويكون ذلك إما عن طريق المرأة فهي تعطي الرجل علامات تدل على ذلك التأييد أو إن الرجل يشعر بثقة عالية في نفسه تمكنه من الاستحواذ على ذلك التأييد. وفي كلا الحالتين فإن شعور التأييد موجود ومتحقق.

تستطيع المرأة أن تتعلم كيفية عدم الموافقة على بعض تصرفات الرجل وفي نفس الوقت تمنح الرجل ذلك التأييد الذي يحتاج إليه. ولكي يشعر الرجل بحب المرأة له فإنه يحتاج أولاً إلى أن يشعر بأن المرأة تؤيده حتى لو كان لديها اعتراضات على بعض تصرفاته.

يشعر معظم الرجال بالخجل عن تصريحهم بمدى احتياجهم لتأييد المرأة وقد يحاول بعضهم بالتظاهر بعدم اهتمامهم بذلك التأييد.

فإذا كان ذلك حقيقة وإن الأمر بهذا الشكل فلماذا إذاً تتغير تصرفاتهم وينقلبون فجأة إلى حالة البرود في التصرفات أو حتى يبتعدون عن النساء أو يلجأون إلى حالة الدفاع عند شعورهم بفقدان ذلك التأييد؟! الجواب الحقيقي هو لأنهم لم يحصلوا على ذلك التأييد.

وإذا كانت العلاقة في بدايتها متينة بين الرجل والمرأة فإن أحد الأسباب القوية لتلك العلاقة هو شعور الرجل بتأييد المرأة له وإنه لا يزال في مكانة عالية في نظر المرأة، لا يزال فارس أحلامها ورجلها المفضل. ولكن إذا بدأ الرجل

بعد ذلك بالانحراف عن الأسلوب الذي تعودت المرأة منه وبدأ في مضايقاتها وإزعاجها فإنه يسقط من تلك المكانة العالية ويفقد تأييد المرأة، وهنا تبدأ المشاكل بين الاثنين.

يمكن للرجل أن يتعايش ويتعامل مع غضب المرأة العام، إلا أنه يشعر بألم عميق عندما تعبّر المرأة عن شعورها هذا بأسلوب يدل على عدم تأييدها له.

من الأساليب الشائعة التي تستخدمها المرأة هي عندما يسيء الرجل التصرف تقوم المرأة باستجوابه ويكون ذلك الاستجواب مصحوباً بنبرة صوت تدل على عدم التأييد. تتبع المرأة هذا الأسلوب ظناً منها أن ذلك سيلقن الرجل درساً لن ينساه أملاً في أن لا يكرر الرجل ذلك التصرف. ظن المرأة هذا خاطىء وبعيد عن الواقع، فما ينتج عن إسلوب المرأة هذا هو بثّ الرعب والضجر والملل في قلب الرجل، وبصورة تدريجية يفقد عواطفه تجاهها ويفقد رغبته فيها. والنتيجة هنا عكسية وليست إيجابية ويجدر بالمرأة الابتعاد عن مثل هذا الأسلوب؛ فالزجر والنهي والأسلوب الفضّ لا ينفع مع الرجل ولا يدرّ بأية فائدة على المرأة أو على العلاقة بينهما.

كي تستطيع المرأة تأييد الرجل فعليها أن لا تنظر إلى عين فعل الرجل فقط بل عليها أن تنظر إلى الأسباب التي دفعت الرجل إلى القيام بذلك العمل أيضاً.

فحتى لو كان الرجل كسولاً وقليل الشعور بالمسؤولية أو حتى فضَّ في الكلام، فإن كانت المرأة فعلاً تحبه فإنها حتماً ستجد فيه بعض الخصال الحميدة والتي من خلالها تستطيع أن تقدم له التأييد الذي يحتاجه.

معاملة الرجل على أنه فاقد لأية خصلة حميدة وإن جميع أعماله لا فائدة منها معناه حجب المرأة تأييدها للرجل. حجبها لذلك التأييد الذي قدمته له في بداية علاقتهما. على المرأة أن تتذكر أنها يمكن أن تقدم التأييد للرجل حتى في حالة عدم موافقتها على جنس العمل الذي قام به.

هناك نقطتان حساستان يعتبران منبعاً للجدل، وهما:

١ ـ عندما يشعر الرجل عدم تأييد المرأة لوجهة نظره.

٢ ـ عندما تشعر المرأة بأن إسلوب الرجل في الكلام إليها لا ينمّ عن الاحترام فتسحب تأييدها له.

متى تكثر حاجة الرجل إلى تأييد المرأة؟

غالباً ما لا يكون حصول الجدل والخصام بسبب تواجد شخصان مختلفان في الرأي أو في مسألة ما، إلا أن السبب الحقيقي في الجدل والخصام هو إما شعور الرجل بعدم تأييد المرأة لوجهة نظره، أو شعور المرأة بالإنزعاج والغضب تجاه أسلوب الرجل في الكلام إليها. فلبّ المشكلة الأساسي هنا ليس الاختلاف في الرأي، بل إنه الشعور الداخلي لكل منهما تجاه الآخر. وغالباً ما تعبّر المرأة عن استيائها وعدم رضاها عندما تشعر بعدم اهتمام الرجل بوجهة نظرها أو بعدم إظهار أي اهتمام بها شخصياً عند الكلام.

عندما يتعلم الرجل إسلوب إعطاء المرأة الحق في التعبير عن مشاعرها وعندما تتعلم المرأة إسلوب تأييد الرجل، عندها لن يكون هناك أي داع للجدل والخصام. نعم فالبديل للجدل والخصام سيكون النقاش الهادىء الموضوعي.

فعندما يخطأ الرجل أو ينسى القيام بعمل ما أو يقصر بواجباته ومسؤولياته، لا تدرك المرأة في هذه الحالة مدى حساسيته. يكون الرجل حساساً جداً لما فعل أو لم يفعل وأكثر ما يحتاج إليه في مثل هذا الموقف هو حب المرأة، ولكن إذا حجبت المرأة حبها وتأييدها للرجل بسبب ذلك فإن ذلك يعتبر تدميراً له ولمشاعره. قد لا تشعر المرأة في هذه الحالة بالألم الذي تسببه للرجل وكل ما تظن إنها تفعل هو مجرد التعبير عن شعورها بعدم رضاها وخيبة أملها، إلا أن ما يشعر به الرجل أكثر بكثير من ذلك، يشعر بحجب المرأة تأييدها له، ذلك التأييد الذي يحتاج إليه دائماً.

هناك أسلوب آخر تعبر من خلاله المرأة عن عدم رضاها وعدم تأييدها للرجل وهي تعبيرات الوجه ونبرات الصوت. قد لا تشعر المرأة بذلك الأسلوب

المتّبع من قبلها إلا أن الرجل يشعر بها ومن خلالها يتعرف على حقيقة شعور المرأة. قد تختار المرأة عبارات دقيقة سلسة تحاول من خلالها عدم تصعيد الموقف وقلبه إلى جدل وخصام، إلا أن نظراتها إلى الرجل وتعبيرات وجهها ونبرات صوتها ترسل إلى الرجل رسالة واضحة جلية، رسالة تدل على حقيقة شعور المرأة وهو الغضب والإستياء وعدم الرضا. وهنا يقوم الرجل بالدفاع عن نفسه وعن موقفه ويحاول إفهام المرأة أنها على خطأ.

عندما يرتكب الرجل خطأً ما أو يقوم بإغضاب المرأة التي يحبها فإنه يميل وقتها إلى الجدل والخصام، هذه طبيعة الرجل وكذلك عندما يشعر الرجل بخيبة أمل المرأة به يحاول أن يشرح لها الموقف وينوّه إلى عدم حاجة المرأة إلى الغضب والاستياء وذلك اعتقاداً منه أن ذلك الشرح سيساعد المرأة على الهدوء والعودة إلى حالتها الطبيعية. إلا أن ما لا يعلمه هو أن ذلك الشرح وتلك المحاولة تزيد من غضب المرأة، فكل ما تحتاج إليه المرأة في مثل هذه الحالة هو استماع الرجل إليها وإعطائها الحق في التعبير عن مشاعرها السلبية.

أيها الرجل الفاضل، هل فهمت هذه النقطة المهمة؟ لا تحاول التبرير والشرح، عليك بالتوقف عن الكلام وإعطاء المرأة الفرصة للتعبير عن مشاعرها. نعم، فإن ذلك يريحها ويساعدها على التخلّص من شحنة الغضب التي تغلي في داخلها.

مناقشة الخلافات بهدوء وبدون جدل:

تعتبر مناقشة الخلافات بين الرجل والمرأة مهمة شاقة جداً خصوصاً إذا تمت بدون خبرة ودراية. والمشكلة إننا لم نتمكن تعلم فن النقاش الصحيح من والدينا إذ أن كل ما شاهدناه في طفولتنا عند حصول أي نقاش بينهما سرعان ما كان يتطور إلى جدل وخصام. هذا ما تعلموه من والديهما وجبلوا عليه وجعلوه نهجاً في حياتهما.

توضح صور النقاش المذكورة أدناه كيفية تطوير وتصعيد الموقف والذي يتم بدون دراسة أو قصد سواء من قبل الرجل أو من قبل المرأة، وأيضاً البدائل

الصحيحة التي تقينا شر الجدل والخصام. نرى في الجدول عبارات قد تطلقها المرأة، يقابلها ما قد يفهمه الرجل حسب طبيعته الرجولية. وبعد ذلك ما قد يقوله الرجل محاولاً تبرير موقفه، يقابل ذلك ما قد تفهمه المرأة حسب طبيعتها الأنثوية، وأخيراً بعض التوصيات التي تساعد كل من الرجل والمرأة على تجاوز الأزمة واتقاء شر الجدل والخصام.

١ ـ عندما يعود الرجل إلى البيت متأخراً:

أ ـ ما تقوله المرأة وهي غاضبة:

ـ لم هذا التأخير؟. أو قد تقول:

ـ لِمَ لم تخبرني مسبقاً بأنك ستتأخر؟

ب ـ ما يسمعه الرجل ويفهمه:

ـ ليس هناك أي سبب أو مبرر لتأخرك هذا. أنت إنسان عديم المسؤولية. أنا أفضل منك لأني لا أتأخر.

ج ـ ما يقوله الرجل:

ـ كان الطريق مزدحماً جداً. أو قد يقول:

ـ لا تسير الأمور في بعض الأحيان حسب رغباتنا.

ـ أو: من غير المعقول أن تتوقعي عدم حصول مثل هذا التأخير!.

د ـ ما تسمعه المرأة وتفهمه:

ـ لا ينبغي لك أن تغضبي لتأخري هذا بعدما ذكرت لك الأسباب التي أدّت إلى ذلك. على كل حال إن عملي أهم منك وأنت إنسانة لحوحة جداً.

هـ ـ ما ينبغي على المرأة قوله:

ـ في الحقيقة لا يعجبني تأخرك هذا إذ إنه يضايقني جداً. أرجوك أن تحاول في المرأة القادمة أن تخبرني مسبقاً.

و ـ ما ينبغي على الرجل قوله:

ـ لقد تأخرت وأنا حقيقة آسف على ذلك.

(من المهم جداً للرجل أن يستمع لما تقوله المرأة ويحاول مشاركتها مشاعرها).

٢ ـ عندما ينسى الرجل القيام بعمل ما:

أ ـ كيف أمكنك النسيان؟

ـ أو: متى ستتذكر؟

ـ أو: كيف يمكنني الاعتماد عليك؟

ب ـ ما يسمعه الرجل ويفهمه:

ـ لا يوجد هناك سبب أو مبرر لنسيانك. أنت إنسان غبي ولا يمكن الثقة بك. أنا التي دائماً تعطي وتضحي من أجل الإبقاء على هذا الزواج وديمومته.

ج ـ ما يقوله الرجل:

ـ نسيت لأني كنت مشغولاً جداً. تحصل بعض الأحيان مثل هذه الأمور.

ـ أو: ليست المسألة بهذا الحجم، ولا يعني ذلك أني إنسان عديم الاهتمام.

د ـ ما تسمعه المرأة وتفهمه:

ـ لا ينبغي لك التأثر والغضب بهذا الشكل فالموضوع تافه ولا يستحق كل ذلك. أنت إنسانة لحوحة جداً وغضبك هذا خال من أيّ تعقّل. حاولي أن تكوني أكثر واقعية وابتعدي عن دنيا الأحلام.

هـ ـ ما ينبغي على المرأة قوله:

ـ لا أحب نسيانك هذا.

ـ أو يمكن للمرأة أن تسلك أسلوباً آخراً فيه حب وعاطفه. يمكن أن تغض الطرف عن نسيانه وتطلب منه نفس الطلب مرة ثانية.

وهنا بالتأكيد فإن الرجل سيتذكر إن المرأة قد طلبت منه ذلك في السابق وإنه نسيه.

و ـ ما ينبغي على الرجل قوله:

ـ لقد نسيت أن أفعل (كذا). هل أنت غاضبة عليّ؟

وهنا على الرجل أن يسكت ويفسح المجال للمرأة للكلام والتعبير عن شعورها. فعندما تتكلم المرأة وتعبر عن شعورها فإنها بعد ذلك تشعر بأن هناك من يستمع إليها. وبعد الكلام فإن المرأة ستهدأ ويزيد تقديرها للرجل.

٣ ـ عندما يعود الرجل من عزلته (صومعته):

أ ـ ما تقوله المرأة وهي غاضبة:

ـ كيف يمكن لك أن تكون بارداً بهذا الشكل؟

ـ أو: كيف يمكن لعواطفك أن تموت بهذا الشكل؟

ـ أو: ما ظنك أني فاعلة الآن؟

ـ أو: كيف يمكن لي أن أعرف ما في **داخلك؟**

ب ـ ما يسمعه الرجل ويفهمه:

ـ ليس هناك أي مبرر لابتعادك عني. أنت إنسان قاسي القلب وفاقد للحب. أنت زوج غير مناسب لي. لقد آلمتني كثيراً.

ج ـ ما يقوله الرجل:

ـ لقد احتجت لبعض الوقت للإختلاء بنفسي، كل المسألة كانت يومان فقط. ما هي المشكلة الكبرى في الموضوع؟

ـ أو: لم أقم بأي عمل ضدك، فما الذي أغضبك؟

د ـ ما تسمعه المرأة وتفهمه:

ـ لا يجوز لك التألم ولا يحق لك أن تشعري بالإهمال. وإذا شعرت كذلك فلا تتوقعي أي عطف من جانبي. أنت إنسانة محبة للسيطرة. سأفعل ما أشاء ولا أهمية لمشاعرك عندي.

هـ ـ ما ينبغي على المرأة قوله:

ـ أنا أعلم إنك تحتاج بعض الأحيان إلى الاختلاء بنفسك، إلا إن ذلك يؤلمني. أنا لا أقصد إنك على خطأ ولكن أحببت أن أعبر لك عن شعوري.

و ـ ما ينبغي على الرجل قوله:

ـ أنا أعلم إن خلوتي هذه تؤلمك، ولا شك أنها تؤلمك كثيراً. هل تحبين الكلام عن ذلك؟

(هنا يصبح من السهل على المرأة قبول خلوة الرجل إذ إنها تشعر بتقدير الرجل واحترامه لها واستعداده لسماعها وسماع شكواها).

٤ ـ عندما يخيّب الرجل أمل المرأة:

أ ـ ما تقوله المرأة هي غاضبة:

ـ كيف يمكن لك أن تفعل ذلك؟

ـ أو: ألم تقل أنك ستقوم بذلك؟.

ـ أو: لم لا توفي بوعدك؟

ـ أو: متى ستتعلم؟

ب ـ ما يسمعه الرجل ويفهمه:

ـ ليس هناك ما يبرر تخييبك أملي. أنت أحمق ولا تستطيع القيام بأي عمل بصورة صحيحة. لن أعرف معنى السعادة معك ما لم تتغير.

ج ـ ما يقوله الرجل:

ـ ستكون النتيجة أفضل في المرة القادمة.

أو: ليس الموضوع بذلك الحجم أو بتلك الأهمية.

ـ أو: المشكلة إني لم أفهم قصدك بالضبط.

د ـ ما تسمعه المرأة وتفهمه:

ـ إن كنت غاضبة فإن تلك مشكلتك لوحدك. عليك أن تكوني أكثر تساهلاً ومطاطية. ليس لك الحق في الغضب وليس لدي أي شيء يمكن أن أواسيك فيه.

هـ ـ ما ينبغي على المرأة قوله:

ـ لا يعجبني خيبة الأمل، ظننت إنك ستخبرني مسبقاً عن تأخرك. على كل حال كل ما أريد هو أن تعرف ما أشعر به عندما تتأخر.

و ـ ما ينبغي على الرجل قوله:

ـ أنا أعلم أني خيبت ظنك. دعينا نتكلم في هذا الموضوع.

(من المهم جداً أن يتذكر الرجل بأن عليه إفساح المجال للمرأة للكلام والتعبير عن مشاعرها وعدم مقاطعتها أو محاولته تبرير فعلته. هذا الأسلوب يريح المرأة كثيراً ويساعدها على تهدأة أعصابها).

وبعد انتهاء المرأة والرجل من الكلام حول الموضوع يمكن للرجل أن يسأل المرأة عن شعورها ونفسيتها.

٥ ـ عندما يجرح الرجل شعور المرأة ولا يحترمها:

أ ـ ما تقوله المرأة وهي غاضبة:

ـ كيف يمكن لك أن تقول ذلك؟

ـ أو: كيف يمكن لك أن تعاملني بهذه الطريقة؟

ـ أو: لم لا تستمع لما أقول؟

ـ أو: هل حقاً إنك تهتم بي وبمشاعري؟

ـ أو: هل أنا أعاملك بهذه الطريقة؟

ب ـ ما يسمعه الرجل ويفهمه:

ـ أنت إنسان بذيء ومهين. أنا أكثر منك حباً وعطفاً. لن أسامحك على فعلتك هذه. كل ما حصل كان بسببك.

ج ـ ما يقوله الرجل:

ـ إسمعيني جيداً. لم يكن ذلك قصدي.

ـ أو: أنا أستمع لما تقولين والدليل على ذلك هو أني الآن أفعل ذلك.

ـ أو: أنا لا أتجاهلك دائماً.

ـ أو: أنا لا أسخر منك ولا أضحك عليك.

د ـ ما تسمعه المرأة وتفهمه:

ـ لا يحق لك أن تغضبي. تصرفك هذا لا معنى له. أنت حساسة أكثر من اللازم. هناك عيب فيك وإنك حمل ثقيل عليّ.

هـ ـ ما ينبغي على المرأة قوله:

ـ لا يعجبني أسلوبك في التحدث إليّ. أرجوك التوقف عن ذلك.

ـ أو: ليس هذه الطريقة التي أحب أن نتناقش فيها. دعنا نبدأ من الأول.

ـ أو: أنا لا أستحق أن تعاملني بهذه الطريقة. دعنا نتوقف عن الحديث في ذلك الموضوع.

ـ أو: هل يمكن أن تسمع ما أقول وبدون مقاطعة؟

و ـ ما ينبغي على الرجل قوله:

ـ أنا آسف فلا يجدر بي أن أعاملك بهذا الشكل.

(يأخذ الرجل بعد ذلك نفساً عميقاً ويفسح المجال للمرأة للتعبير عن مشاعرها).

(وهنا قد تقول المرأة: أنت لا تستمع لما أقول أبداً).

(وبعد أن تنتهي المرأة من الكلام يمكن للرجل أن يقول: أنت على حق. بعض الأحيان لا أستمع لما تقولين. أنا آسف فأنت لا تستحقين ذلك، دعينا نبدأ من الأول).

إعادة الحديث من البداية أمر ممتاز وله تأثير كبير في منع حدوث المشاكل وتصعيد الموقف.

٦ ـ عندما يكون الرجل في عجلة من أمره ولا تحب المرأة ذلك:

أ ـ ما تقوله المرأة وهي غاضبة:

ـ لم نحن دائماً في عجلة من أمرنا؟

ـ أو: لم هذا الاستعجال الدائم؟.

ب ـ ما يسمعه الرجل ويفهمه:

ـ لا يوجد أي سبب لهذه العجلة. أنت لا تعرف أبداً كيف تسعدني. ليس هناك أي شيء يمكن أن يغيّر هذه الطباع فيك. أنت شخص غير كفوء ومن الواضح جداً أنك لا تهتم بي.

ج ـ ما يقوله الرجل:

ـ ليس الموضوع بهذه الدرجة.

ـ أو: هذه هي طريقتي دائماً.

أو: الآن ليس هناك أي شيء يمكن أن نفعله فنحن أمام الأمر الواقع.

ـ أو: لا تقلقي بهذا الشكل فكل الأمور ستكون سهلة جداً.

د ـ ما تسمعه المرأة وتفهمه:

ـ ليس لك الحق في شكواك هذه. من المفروض أن تكوني شاكرة للنعمة التي أنت فيها ولا تتشكي. انت إنسانة تثبّط عزيمة الجميع.

هـ ـ ما ينبغي على المرأة قوله:

ـ لا بأس من الاستعجال إلا أنه لا يعجبني. أشعر وكأننا في عجل دائم.

ـ أو: كم يعجبني لو إننا نتروى بدلاً من الاستعجال، حقيقة فإني بعض الأحيان أكره العجلة. هل يمكن في المرة القادمة أن تضع في الحسبان بعض الوقت الإضافي كي لا نضطر للعجلة.

و ـ ما ينبغي على الرجل قوله:

ـ أنا أيضاً لا أحب العجلة أتمنى لو أن بالإمكان التريث إذ أن الموضوع يبدو وكأنه جنون.

(مثل هذا الجواب يتمكن الرجل من خلاله محاكاة وتجاوب مع شعور المرأة ذلك الوقت). وبعدها ستهدأ المرأة حتى لو كان الرجل بطبيعته يحب العجلة.

٧ ـ عندما تشعر المرأة بنوع من الإهانة أثناء الحديث:

أ ـ ما تقوله المرأة وهي غاضبة:

ـ لم قلت ذلك؟

ـ أو: لم تكلمني بهذا الأسلوب؟

ـ أو: هل إنك فعلاً تهتم لما أقول؟

ـ أول: كيف طاوعك لسانك على قول ذلك؟

ب ـ ما يسمعه الرجل ويفهمه:

ـ لا يحق لك أن تعاملني بمثل هذه القساوة وأنت لا تحبني ولا تهتم بي. أنا أقدم لك الكثير وأنت إنسان جاحد.

ج ـ ما يقوله الرجل:

ـ ولكن كلامك ليس له أي معنى.

ـ أو: لقد سمعت كل ذلك من قبل.

ـ أو: ليس هذا ما قلته.

د ـ ما تسمعه المرأة وتفهمه:

ـ لا يحق لك أن تغضبي، أنت إنسانة مضطربة وغير معقولة. أنا أعرف جيداً الفرق بين الصح والخطأ. أنا أكثر منك تفوقاً وأنت السبب في هذا الجدل.

هـ ـ ما ينبغي على المرأة قوله:

ـ لا يعجبني ما تقول. أشعر وكأنك تحاول إطلاق الحكم علي من جانب واحد. أنا لا أستحق ذلك. أرجوك حاول أن تفهمني.

ـ أو: (يمكن للمرأة أن تتجاهل موقف الرجل وتطلب ما تريد قائلة: أنا في حالة نفسية متعبة هل يمكنك الاستماع إليّ؟).

يحتاج الرجل إلى الكثير من التشجيع، وهذا الأسلوب هو أسلوب تشجيعي.

و ـ ما ينبغي على الرجل قوله:

ـ أنا آسف على عدم راحتك. ما الذي فهمتيه من كلامي؟

هنا يحاول الرجل إعطاء فرصة للمرأة للتعبير عن شعورها. وبعد أن تعبّر المرأة عن مشاعرها، يمكن للرجل أن يقول: أنا آسف على ذلك. الآن أعلم سبب عدم راحتك.

(يتحتم على الرجل الابتعاد عن توتر الأعصاب ويحاول توضيح قصده الحقيقي وسوء فهم المرأة لكلامه. فلكي يتمكن الرجل من معالجة أي موقف مع المرأة فعليه أن يعطي المرأة فرصة التعبير عن رأيها ومشاعرها).

تقديم المساعدة في الأوقات الصعبة:

تتخلل أي علاقة زوجية أوقات سعيدة وأوقات صعبة. تحصل تلك الأوقات الصعبة نتيجة لأسباب عديدة كمرض أو موت أحد أفراد العائلة أو الأقارب أو فقدان الوظيفة أو أشياء أخرى كثيرة.

أكثر الأمور أهمية بالنسبة للرجل والمرأة في مثل هذه المواقف هو التحدث إلى بعض بأسلوب الحب والعاطفة والتأييد والرعاية.

إضافة إلى ذلك فإننا نحتاج إلى أن نفهم نقطة مهمة جداً ألا وهي إن كل من الرجل والمرأة بعيدين كل البعد عن صفة الكمال، فالكمال لله تعالى وحده.

إذا تعلمنا طريقة المحادثة السليمة أثناء المشاكل البسيطة فإنه يصبح من الممكن لنا أن نتعلم كيفية التحدث إلى بعضنا البعض عند الكوارث والملمّات.

وهنا أيضاً نود الإشارة إلى أن اختيار الأسلوب الأمثل وحده لا يكفي أثناء المحادثة بل يجب أن يقترن بمشاعر حقيقية صادقة. فالكلام والأحاسيس معاً يعطيان المقابل إشارة واضحة لحقيقة ما نعني. لنتذكر أن الإنسان يسمع ويشعر في نفس الوقت، فإذا قال الرجل للمرأة وهو في حالة الغضب والشرر يتطاير من عينيه (إني فعلاً أحبك) فلا ننتظر من المرأة أن تصدق هذا الكلام. أو إذا كانت المرأة غير مرتاحة نتيجة لحادثة مؤلمة مرت بها وجاء الرجل إليها محاولاً

مواساتها وقال لها (أنا فعلاً آسف على ما حصل لك) قال ذلك وعلى وجهه ابتسامة عريضة تدل على سعادته، فلا ننتظر من المرأة تصديق كلامه.

أو إذا طلب الرجل من المرأة القيام بعمل ما، وردت عليه قائلة (طيب سأقوم بتنفيذ ذلك) وهي تتنهد ويبدو على وجهها الغضب والامتعاظ فلا ننتظر من الرجل اعتقاده رضا وموافقة المرأة على القيام بذلك. وهناك العديد من الأمثلة على ذلك.

قد يكون اتباع الأسلوب الجيد أثناء المحادثة والتعود عليه بين الرجل والمرأة صعباً في البداية، إلا أنه من خلال التمرين والممارسة يصبح سهلاً. وتكثر سهولته كلما أطلنا فترة التمرين وبعد فترة من الزمن يصبح ذلك الأسلوب الجديد طابعنا العام في التعامل وننسى الأسلوب القديم.

فلنحاول أن نبدأ في التنفيذ وبنية صادقة وأن نأخذ الموضوع بكل جدية ونحاول مساعدة بعضنا البعض. وكما يقال (مسافة الميل تبدأ بخطوة واحدة).

الحوار الودي يجنبنا الجدل والخصام:

إذا تمكنا معرفة احتياج الطرف الآخر وقمنا بتوفير ذلك الاحتياج أو الاحتياجات فإننا نتمكن من تجنّب الجدل والخصام والابتعاد عنه. دعونا نقرأ القصة التالية والتي توضح مغزى الموضوع الذي نتحدث عنه:

بعد قضاء أسبوع عمل مليء بالمشاكل والمتاعب قرر الزوجان خليل وهيفاء القيام برحلة خارج المحافظة، قررا الذهاب إلى منطقة ريفية هادئة لقضاء وقت جميل يستطيعان من خلاله استعادة أنفاسهما وإراحة أعصابهما.

ابتدأ خليل قيادة السيارة وكله أمل أن تكون هذه الرحلة ممتعة وتحوز على إعجاب زوجته هيفاء وتساعدها على الهدوء. وبعد حوالي عشر دقائق من السياقة بدت على وجه الزوجة هيفاء علامات تدل على الانزعاج وعدم الراحة، وفجأة قالت: (أشعر أن حياتي كلها عذاب وألم مستمر). وهنا انتبه خليل إلى ما قالته هيفاء وكان تصرفه مليء بالحكمة وفهم لشعور المرأة، استمر خليل في

سكوته لفترة قصيرة وبعد ذلك وبصوت هادىء قال: (أنا أعرف ما تقصدين فأنا كذلك أشعر أن المسؤولين في العمل يحاولون أن يعتصروا آخر قطرة من دمي) عبارة خليل هذه كانت أشبه بعصر قطعة قماش مبلولة وإخراج الماء منها.

هزت هيفاء رأسها دلالة على فهم كلام خليل والموافقة عليه. وفجأة تغيرت حالة هيفاء النفسية وظهرت على وجهها الابتسامة وحلّت محل ذلك العبوس وانتقلت إلى الكلام عن موضوع آخر. بدأت تتكلم عن الجانب الإيجابي في حياتها، وكذلك فرحتها بالرحلة.

هنا تذكر خليل ما حصل قبل أربع سنوات عندما قام برحلة مماثلة مع هيفاء، فما حصل في بداية تلك الرحلة كان مشابهاً تماماً لما حصل في هذه الرحلة. في بداية تلك الرحلة قالت هيفاء كلاماً يدل على انزعاجها وعدم راحتها، إلا أن ردة فعل خليل كانت مختلفة تماماً عن ردة فعله هذه المرة. في الرحلة السابقة عندما سمع خليل تأفف هيفاء وضجرها ثارت أعصابه وبدأ يكيل لها الكلام الجارح. شعر خليل أن هيفاء كانت تتشكى وتحاول إيقاع لوم تعاستها عليه بينما كان المفروض أن تشكره على المجهود الكبير الذي بذله في عمل الترتيبات للقيام بتلك الرحلة. مقابلة الإحسان بالإساءة، وعندها علا صوت خليل وأخذ يقول لهيفاء: (أنه ليس مسؤولاً عن تعاستها وإنه يهلك نفسه ويرهق أعصابه ويقوم بعمل المستحيل من أجل توفير الراحة لها، وإن عليها أن تقدّر مجهوده هذا وتتوقف عن التشكي).

وطبعاً فلم يعجب هيفاء رد زوجها خليل وحصلت بينهما مشادة كلامية اضطرت خليل إلى تغيير مسار السيارة وعادا إلى البيت وهما في حالة خصام.

هذه المرة فهم خليل كلام هيفاء وقصدها، فهم أن كلامها كان عبارة عن تعبير منها عن شعور في الماضي وليس الحاضر. فهم إن كلامها لم يكن ضده أو ضد فكرة الرحلة لذلك بقي هادئاً ولم تتأثر أعصابه ولم ينقلب إلى شخص مهاجم وكان جوابه يدلّ على تفهمه لكلامها ولشعورها لذلك أعطاها الحق في

التعبير عن مشاعرها. وبعد أن أبدت هيفاء حقيقة مشاعرها شعرت بالراحة وتغيّرت نفسيتها نحو الأفضل وزاد تعلقها بزوجها.

حادثتان متشابهتان إلا أن النتائج مختلفة! فما هو السبب الحقيقي في ذلك الاختلاف؟ لا شك إنه الأسلوب الصحيح في النقاش.

عزيزي القارىء وعزيزتي القارئة، لنحاول القراءة والتعلّم ومن ثم الرغبة الصادقة في التطبيق. لا شك أن التطبيق لن يكون سهلاً في بدايته، نعم، فما تعوّدنا عليه ولسنوات طويلة لا يمكن إزالته أو نسيانه والتنكّر إليه بسرعة البرق. نعم سيستغرق ذلك وقتاً قد يطول أو قد يقصر، كل ذلك يعتمد على حبنا الحقيقي وعلى رغبتنا في التخلّص من المشاكل.

الفصـل العاشـر

حساب النقاط بين الرجل والمرأة

تسجيل النقاط مع الجنس الآخر

يشعر الرجل (واهماً) بحصوله على نقاط كثيرة وذلك عند تقديمه للمرأة هدية باهظة الثمن، كشرائها سيارة جديدة أو ترتيب رحلة جماعية إلى خارج القطر أو شراء بيت جديد لها أو قطعة مجوهرات غالية الثمن أو ما شاكل ذلك.

وبمعنى آخر فإن عدد النقاط التي يحصل عليها الرجل يعتمد اعتماداً كلياً على حجم الهدية التي يقدمها للمرأة أو على حجم التضحية التي يقوم بها الرجل من أجل المرأة، وعليه فإن الرجل يظن إن عدد النقاط المسجلة لصالحه تكون أقل وذلك عندما تكون الهدية التي يقدمها للمرأة صغيرة الحجم أو أن ثمنها زهيد، كشرائه بطاقة تهنئة أو باقة ورد للمرأة أو حتى عندما يقول لها كلاماً لطيفاً. وكذلك يكون عدد النقاط المسجلة لصالحه أقل عندما يكون حجم التضحية أقل.

يعتقد الرجل أن عدد النقاط التي يسجلها مع المرأة لصالحه يعتمد على ما يقدمه لها وما يضحي به من أجلها، أي أن هناك توافق طردي بين الموضوعين. حجم التضحية أو ثمن الهدية مقابل عدد النقاط المسجلة.

ومن هذا المنطلق فإننا نرى تكريس وتركيز الزوج الذي يحب زوجته حباً كبيراً على القيام بأعمال كبيرة وتقديم هدايا باهظة الثمن وذلك من أجل إسعاد

زوجته، هذا ما يفعله الزوج.

أيها الرجل الكريم: يؤسفني أن أقول لك إن حساباتك هذه غير صحيحة وإنك واقع تحت وهم كبير. هذه حساباتك أنت كرجل ولكن الحسابات عند المرأة تختلف تماماً عن ذلك. ففي حسابات المرأة فإن أية هدية، صغيرة كانت أم كبيرة، رخيصة الثمن أم غالية، فإن ذلك يعتبر نقطة واحدة لصالحك، كل هدية لها نقطة واحدة ولا اعتبار للحجم أو الثمن.

ما رأيك عزيز الرجل بهذا المنطق؟ بالنسبة لك فإنه أمر غريب ومنطق غير معقول ولا يمكنك أن تتفق معه أبداً. إلا أنه وللأسف الشديد حقيقة واقعة عند المرأة، حقيقة لا يدركها معظم الرجال إن لم نقل كلهم.

يظن الرجل وبطريق الخطأ بأنه عندما يقدم للمرأة هدية متواضعة فإن ما يحصل عليه من النقاط هو نقطة واحدة فقط. أما إذا قدم للمرأة هدية غالية الثمن (من الوزن الثقيل) فإنه وقتها يحصل على عدد أكبر من النقاط، ثلاثين نقطة على الأقل.

وبما أن الرجل لا يعرف إسلوب تفكير المرأة وإسلوبها في عملية حساب النقاط لذلك نراه يركز على تقديم هدية واحدة أو اثنتان من الحجم الكبير (غالية الثمن) وبعد ذلك يسترخي ويتوقف لفترة من الزمن.

لا يدرك الرجل حقيقة الإسلوب الذي تفكر به المرأة، تلك الحقيقة التي تقول إن الأعمال البسيطة التي يقوم بها الرجل من أجل المرأة وإسعادها أو الهدايا البسيطة التي يقدمها لها نفس أهمية الأعمال الكبيرة التي يقوم بها الرجل من أجل المرأة وإسعادها أو الهدايا الغالية الثمن التي يقدمها لها. وبعبارة أخرى فتقديم الرجل باقة ورد للمرأة له نفس التأثير النفسي عند المرأة وذلك عندما يقدم لها هدية غالية الثمن مثل قطعة مجوهرات أو معطف مصنوع من الفرو. وبسبب عدم فهم هذه الحقيقة من قبل الرجل فإننا غالباً ما نرى سوء فهم عميق في العلاقة الزوجية والذي يؤدي بالتالي إلى جدل وخصام ومشاكل لا طائل لها.

دعونا نقرأ ما حصل بين الزوج أحمد والزوجة لبنى وذلك خلال إحدى الجلسات مع الخبير الإجتماعي والتي نرى من خلالها بوضوح إسلوب تسجيل النقاط بالنسبة لكل منهما.

ابتدأت لبنى الكلام وهي متذمرة ومنزعجة وقالت: (أنا التي دائماً تقوم بتقديم الكثير من الأمور والأعمال لزوجي أحمد إلا أنه دائماً يتجاهلني ويصب كل اهتمامه على عمله).

قال أحمد: (ولكن هذا العمل هو مصدر عيشنا وهو الذي يعيننا على الحصول على المال الذي من خلاله نتمكن من دفع إيجار المنزل وشراء الملابس والطعام وكل المتعلقات الأخرى. المفروض بلبنى أن تشعر بالسعادة وليس التعاسة والشكوى).

أجابت لبنى: (أنا لا أهتم كثيراً لجلب الطعام والملابس ودفع الإيجار، المهم عندي هو أن يكون هناك حب يسود العائلة واهتمام متبادل).

قال أحمد: (تجعلين الأمور تبدو وكأنك تقدمين للعائلة أكثر مما أقدمه أنا؟).

أجابت لبنى: (نعم هذا ما يحصل، فأنا أقدم الكثير وبصورة مستمرة. فأنا التي تقوم بغسل الملابس وتحضير الطعام وتنظيف المنزل وكل الأمور الأخرى، وكل ما تقدمه أنت هو ذهابك للعمل الذي يدر علينا بالمال. هذا كل ما تفعله وبعد ذلك تتوقع مني أن أقوم بكل الأعمال الأخرى).

بالمناسبة فإن عمل الزوج أحمد هو طبيب ناجح في إحدى المستشفيات الكبيرة، وعمله هذا يتطلب منه قضاء ساعات طويلة في العمل. وفي نفس الوقت فإن دخله الشهري مرتفع جداً. لم يعلم الدكتور أحمد سبب عدم قناعة زوجته لبنى، فبالرغم من أن راتبه الشهري ممتاز ومستوى معيشتهم عال جداً، إلا أنه يرى الحزن والبؤس يعلوان وجه زوجته لبنى كلما عاد من العمل.

بالنسبة لأحمد وتفكيره فإن الراتب الشهري الممتاز الذي يحصل عليه من خلال عمله في المستشفى يستحق منه قضاء كل ذلك الوقت الطويل خارج المنزل. ظن أحمد أن ذلك الراتب الشهري الضخم الذي يستلمه نهاية كل شهر سيسجل لصالحه على الأقل ثلاثين نقطة.

وبعد فترة من العمل والكفاح حاول الدكتور أحمد أن يرفع من مستواه ومستوى زوجته لبنى أكثر وأكثر فقام بفتح عيادة خاصة به لاستقبال المرضى ومعالجتهم. وهنا طبعاً كان على أحمد أن يقضي في العيادة ساعات عمل أطول وأكثر مما كان يقضي في المستشفى.

وبعد فتحه عيادته الخاصة زاد دخله الشهري، وذلك ما أسعد الدكتور أحمد وأدخل الفرحة إلى قلبه حيث ظن (خاطئاً) أن هذا التقدم الذي أحرزه وزيادة الدخل تلك وتطوير الحالة المادية، كل ذلك سيسجل له ستين نقطة على الأقل. كيف لا وقد ضاعف دخله الشهري. لم يعلم الدكتور أحمد أن ذلك المرتّب الشهري الضخم قد سجل نقطة واحدة لصالحه وأن مضاعفته للدخل الشهري لم تحدث أي تغيير في عدد النقاط المسجلة لصالحه.

لم يعلم المسكين أحمد أن وجهة نظر زوجته لبنى كانت مختلفة في هذا الموضوع فمضاعفة دخل العائلة الشهري جراء فتحه العيادة كان خسارة وليس مكسب. نعم خسارة بالنسبة لها. ففتح العيادة معناه ضرورة قضاء أحمد وقتاً أطول في الخارج وهذا ما سيدفع أحمد إلى الابتعاد عن زوجته لبنى فترة أطول مما كانت عليه في الماضي. إضافة إلى وجوب مضاعفة جهوده في العيادة مع المرضى الذين زاد عددهم، قضاء وقت أطول وبذل جهد أكبر!.

هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى فإن قضاء أحمد وقتاً أطول في الخارج ومضاعفة جهوده في العمل الجديد سيؤدي إلى زيادة في مسؤوليات لبنى فمن الآن وصاعداً فإن على لبنى القيام بكل ما يتعلق بمسؤوليات المنزل لوحدها وبدون أية مساعدة من قبل الزوج أحمد.

تحمل لبنى للمسؤوليات المنزلية والقيام بإنجازها لوحدها وبدون أية مساعدة سجّل لصالحها نقاط أكبر بكثير من السابق، شعرت بأنها تسجل شهرياً ستين نقطة لصالحها مقابل نقطة واحدة لصالح أحمد. وهذا ما زاد من تعاستها وكآبتها وضجرها وشكواها.

ما شعرت به لبنى هو عطاءها الكثير وقلة بالمقابل، شعرت بأنها كانت تقدم للعائلة ولتلك الرابطة الزوجية أكثر بكثير مما كانت تحصل عليه. بالنسبة لها فإن ذلك يعتبر تضحية كبيرة من جانبها أما بالنسبة لوجهة نظر أحمد فإن عطاءه منذ البداية كان كبيراً وذلك بسبب إرهاقه في العمل والدخل الشهري العالي الذي كان يحصل عليه والذي كان السبب في مستوى المعيشة الممتاز الذي كانا يعيشانه، وبعد ذلك ازداد عطاؤه بعد فتحه لتلك العيادة التي زادت من دخله الشهري وذلك على حساب وقته وراحته. وهنا فإن رصيده من النقاط قد وصل إلى ستين نقطة على الأقل وبما أنه زاد من مضاعفة جهوده في العمل فمن الواجب على زوجته لبنى أن تضاعف جهودها في العطاء. وبعد أن ازدادت مسؤوليات لبنى المنزلية وبذلت جهداً أكبر في تحقيق ذلك فإن رصيدهما أصبح متعادلاً.

كان أحمد مقتنعاً بحساباته هذه، وهذا هو السبب في سعادته اليومية. أما لبنى فكانت تعيسة، بالنسبة لأحمد فإن مضاعفة دخله كانت معادلة لمضاعفة لبنى جهودها في إنجاز الأمور المنزلية؛ وهذا ما أغضب الزوجة لبنى وجعلها تعيسة بالرغم من الغنى وكثرة المال.

لجوء الزوج أحمد والزوجة لبنى إلى الخبير الإجتماعي كان آخر فرصة لإنقاذ الزواج إذ إنهما اتفقا على الطلاق في حالة فشل الخبير الإجتماعي في حل مشاكلهم.

توصل الخبير الإجتماعي إلى العلة الحقيقية في مشاكلهم وشرح لهم الموقف وقدم لهما التوصيات التي تساعدهم على العيش الرغد.

وبعد أن فهما السر في إسلوب تسجيل النقاط عند الرجل والمرأة تغير إسلوبهما في التعامل مع بعضهما البعض وأصبحا أكثر تفهماً للواقع الجديد وتمكنا من التغلب على تلك المشاكل. تعلّم أحمد الإهتمام بالأمور البسيطة تجاه زوجته لبنى إذ عرف أن لها أهمية كبيرة بالنسبة لها كإمرأة.

وبعد أن استمرا على ذلك الأسلوب الجديد استغرب أحمد للتأثير الإيجابي الكبير الذي أحدثته التغييرات البسيطة التي أجراها في إسلوب حياته وتعامله مع زوجته لبنى، وخصوصاً زيادة تواجده في البيت بصورة أكبر من الماضي.

أدرك أحمد أن مسألة إسعاد المرأة تتطلب من الرجل الإهتمام بكل الأشياء، الكبيرة منها والصغيرة، وإنه من الخطأ الكبير أن يصبّ الرجل اهتمامه على جانب واحد ويهمل الجوانب الأخرى. فتسجيل النقاط عند المرأة يختلف تماماً عمّا عند الرجل، نقطة واحدة لكل عمل جيد يقوم به الرجل، هذه هي القاعدة عند المرأة في حساب النقاط وتسجيلها. نعم نقطة واحدة لكل عمل جيد ولا اعتبار لحجم ذلك العمل أو ثمنه.

بهذا المفهوم الجديد أصبحت حياة الزوج أحمد والزوجة لبنى أفضل بكثير من السابق وأصبح أحمد تواقاً للعودة إلى البيت لرؤية زوجته بعدما كان يتردد في ترك العمل والعودة إلى البيت حيث المشاكل كانت دائماً تنتظره وتعاسة زوجته لبنى. فالبيت كان بالنسبة له عبارة عن هموم ومشاكل.

للأشياء الصغيرة معان كبيرة:

هناك طرق عديدة يستطيع الرجل من خلالها تسجيل عدد كبير من النقاط وبدون أن يبذل مجهوداً كبيراً، فكل ما على الرجل عمله هو إعادة توجيه طاقاته واهتماماته التي يبذلها يومياً، فكثير من الرجال لهم معرفة بالأمور البسيطة التي يمكن أن يكون لها تأثيراً إيجابياً على نفسية زوجاتهم إلا أنهم وللأسف الشديد يهملوها ولا يكترثون بها، ويصبّون اهتماماتهم على الأمور الكبيرة فقط.

لو علم هؤلاء الرجال مدى التأثير الإيجابي الكبير لتلك الأمور البسيطة على نفسيات زوجاتهم لقاموا بها على الفور ولم يهملوها.

فليست العبرة حجم الهدية أو ثمنها، إنما العبرة في عدد الأشياء الجميلة التي يقدمها الرجل للمرأة، عدد الأشياء وليس تكلفتها المادية فكل ما تريده المرأة هو اهتمام الرجل الدائم بها.

عند بداية أية علاقة بين الرجل والمرأة نرى الرجل يصبّ اهتمامه على إسعاد تلك المرأة، لذلك نراه يقوم بكل شيء تتطلبه الظروف وقتها، نراه يقوم بكل الأعمال الصغيرة والكبيرة فنرى تلك العلاقة في حالة ازدهار ويكون هناك تجاذب بين الطرفين.

إلا أن ما يحصل بعد فترة هو أن يبدأ الرجل بصب كل اهتمامه على الأمور الكبيرة فيقوم بالتركيز عليها ويهمل القيام بالأمور البسيطة. تلك الأمور التي تعتبر مهمة جداً بالنسبة للمرأة وهذا أحد الأسباب في فتور تلك العلاقة.

ما يحتاج الرجل إليه في سبيل إسعاد المرأة هو تفهمه لما تحتاج المرأة إليه وليس لما يراه هو مناسباً وضرورياً لها. فاحتياجات المرأة تختلف عن احتياجات الرجل، وعلى الرجال أن ينتبهوا إلى هذه النقطة المهمة جداً ولا يحاولوا الخلط بين احتياجات الجنسين، احتياجاتهم واحتياجاتهن.

طرق تسجيل النقاط عند المرأة ليست من خلال توفير ما ترغب المرأة وتريد فقط، ولكن من خلال ما تحتاج إليه أيضاً. فالمرأة تحتاج إلى أمور وتعابير كثيرة يتوجب على الرجل أن يقوم بها؛ هذه الأمور والتعابير تدل دلالة كبيرة على حب الرجل للمرأة. وبالمناسبة، فإن قيام الرجل بأمر أو تعبير واحد أو حتى اثنين لا يعتبر كافياً لإسعاد المرأة، نعم لا يعتبر كافياً حتى لو كان حجم أو قيمة ذلك الأمر المادية كبيرة.

لا شك أن هذا المفهوم الجديد يعتبر غريباً بالنسبة للرجل ولا يمكن له

فهمه وهضمه بسهولة، ولكي نقرّب الفكرة أكثر يمكننا أن نقول أن للمرأة خزان حب مثل خزان الوقود في السيارة، فلكي نتمكن من قيادة السيارة فعلينا أن نملأ الخزان بصورة مستمرة. فكلما نقص الوقود قمنا بملئه ثانية وهكذا. وسر ملأ خزان وقود المرأة بالحب هو قيام الرجل بالأعمال البسيطة، إذ إن قيام الرجل بتلك الأعمال يتيح له تسجيل نقاط كثيرة جداً. نقاط لا يتصور الرجل عددها وعندما تشعر المرأة بحب الرجل لها عندها تشعر بالسعادة وتكون بعد ذلك مستعدة لتقديم كل ما يحتاج إليه الرجل.

هناك أمور كثيرة يستطيع الرجل من خلالها إسعاد المرأة وملأ خزان الحب عندها ومن ثم تسجيل نقاط عديدة لصالحه. ومن هذه الأمور:

١ ـ عند عودة الرجل من العمل إلى البيت، يحاول أولاً أن يجد زوجته ويبدي لها شعوره تجاهها (طبعاً شعور الحب والعاطفة والاشتياق).

٢ ـ يقوم الرجل ومن منطلق اهتمامه بالمرأة وبشعورها بسؤالها عن يومها وما حصل خلال ذلك اليوم من أحداث مهمة، فالمرأة تحب أن تشعر باهتمام الرجل بها وبمشاعرها.

٣ ـ يحاول الرجل التعود على الإصغاء للمرأة وكذلك طرح بعض الأسئلة المناسبة. تلك الأسئلة التي تدل على اهتمام الرجل بالمرأة وليست الأسئلة التي تثير اشمئزاز المرأة وتثير أعصابها.

٤ ـ عندما تكون المرأة في حالة نفسية سيئة أو تكون أمامها مشكلة وتشتكي منها، على الرجل أن يقاوم رغبته الجامحة في طرح الحلول لتلك المشكلة. على الرجل أن يستمع للمرأة بكل عطف وحنان وتفهم، عليه أن يستمع إليها ويبتعد عن مقاطعتها أو إلقاء محاضرة تتضمن الحلول المناسبة لمشكلتها.

٥ ـ على الرجل أن يخصص جزءاً مناسباً من وقته للمرأة. يكون هذا الوقت خاص بالمرأة ولا يتخلله أية مقاطعات أو مداخلات في مواضيع أخرى. في هذا الوقت على الرجل أن يصب اهتمامه على المرأة فقط ولا يحاول

صرف اهتمامه إلى أي شيء آخر. مثل الانشغال بالقراءة أو مشاهدة التلفزيون أو الاستماع إلى الراديو، وقت خاص بالمرأة.

٦ ـ يحاول الرجل أن يتذكر دائماً المناسبات السعيدة في حياته الزوجية ويقوم بمفاجأة المرأة بهدايا بسيطة. تذكر أيها الرجل الفاضل أن هذه الهدايا لا يتوجب أن تكون كبيرة ومكلفة فالعبرة هنا هي تذكر الرجل للمناسبة وليست حجم أو قيمة الهدية.

٧ ـ يحاول الرجل أن يخطط مسبقاً لقضاء عطلة نهاية الأسبوع (يوم الجمعة) ولا يحاول مفاجأة المرأة في آخر لحظة.

٨ ـ إذا لاحظ الرجل تعب المرأة أو عدم قدرتها على إعداد طعام العشاء، عليه أن يبدي استعداده للقيام بذلك بدلاً عنها.

٩ ـ على الرجل أن يبدي رأيه الإيجابي بنوعية الطعام الذي أعدّته المرأة، فالمرأة بطبيعتها تحب الإطراء والمديح وخصوصاً بالنسبة للطعام الذي تعده وتحب أن تسمع كلاماً خاصاً من الرجل. هذا المديح يسعدها ويشجعها على تقديم المزيد.

١٠ ـ إذا كانت المرأة منزعجة وفي حالة نفسية تعيسة ويظهر عليها علامات الإنزعاج والغضب عندها يتوجب على الرجل الإستماع إليها ومواساتها. (مواساة علمية صحيحة مبنية على ما قرأناه وتعلمناه من الفصول السابقة في هذا الكتاب).

١١ ـ عندما تكون المرأة مرهقة وغير قادرة على القيام بأمور المنزل ومسؤولياته، على الرجل أن يبدي استعداده للتخفيف عن كاهلها والقيام ببعض الأمور.

١٢ ـ عندما تكون هناك نية للسفر فعلى الرجل أن يخصص مزيداً من الوقت كي يتجنب العجلة.

١٣ ـ عندما يلاحظ الرجل أو يتوقع تأخره في العودة إلى البيت فعليه إما أن يخبر المرأة مسبقاً أو أن يتصل بها هاتفياً. لا يجوز للرجل ترك المرأة تنتظر وبدون أي علم.

١٤ ـ عندما تطلب المرأة المساعدة من الرجل، عليه إما تلبية الطلب وتقديم المساعدة المطلوبة، أو يمكن للرجل رفض ذلك بأسلوب ودي لطيف بعيداً عن الصوت المرتفع أو تقديم لائحة طويلة مليئة بالأسباب التي تؤيد عدم تمكنه من القيام بذلك، وكذلك عليه الابتعاد عن إظهار المرأة بمظهر المخطىء أو العاجز.

١٥ ـ عندما يتأثر شعور المرأة وتظهر عليها بوادر الإنزعاج والغضب، على الرجل أن يبدي للمرأة اهتمامه بها وبشعورها ويحاول الاعتذار ومن ثم يسكت. فسكوته هذا يتيح للمرأة الفرصة لإدراكها اهتمام الرجل بها وبمشاعرها.

لا يحاول الرجل أبداً القيام بطرح الحلول العملية أو إظهار المرأة بمظهر لا يليق بها أو يحاول إقناع المرأة بأن ما تعاني منه لم يكن بسبب خطأ منه وإنه غير مسؤول عما تعاني منه.

١٦ ـ عندما يشعر الرجل بحاجته الطبيعية للإنسحاب والابتعاد عن المرأة (دخوله الصومعة) عليه إفهام المرأة مسبقاً بحاجته إلى بعض الوقت للإختلاء بنفسه، وكذلك عليه أن يخبرها بحتمية عودته إليها بعد ذلك.

١٧ ـ عندما ينسحب الرجل ويبتعد عن المرأة محاولاً بذلك التعامل مع مشكلة ما، فبعد أن ينتهي من التعامل مع المشكلة والعودة إلى المرأة، عليه أن يخبر المرأة بالمشكلة التي كانت تشغله وتضايقه. يتكلم عن ذلك بكل هدوء وأدب واحترام ولا يحاول وضع أي لوم على المرأة. لا بد من إفهام المرأة ذلك.

١٨ ـ عندما تتحدث المرأة إلى الرجل، عليه أن يظهر لها اهتمامه وانتباهه لما تقول. كأن يرفع عينيه من على الجريدة التي يقرأها، أو أن يدير رأسه وينظر ناحيتها بدلاً من النظر إلى شاشة التلفزيون، وما شاكل ذلك. على الرجل أن يجعل المرأة تشعر بانتباهه إليها وإلى الكلام الذي تقوله.

١٩ ـ إذا كانت المرأة هي التي تقوم بعملية غسل الصحون دائماً، فلا بأس أن يبدي الرجل رغبته للمرأة وإفهامها بعدم ممانعته في مساعدتها بالقيام بذلك وخصوصاً في الأيام التي تشعر فيها المرأة بالتعب أو المرض.

٢٠ ـ عندما تكون المرأة في حالة نفسية غير مرتاحة أو تعتريها حالة غضب وانزعاج، وتقوم بسؤال الرجل عما يريد منها أن تفعله، على الرجل أن يراعي حالتها النفسية والصحية وذلك بإبداء استعداده للقيام ببعض المهام التي تقوم هي دائماً بها.

٢١ ـ في فصل الشتاء القارس على الرجل أن يبذل جهوده للقيام ببعض الترتيبات اللازمة والتي تساعد على تدفئة المنزل.

٢٢ ـ عندما يخرج الرجل من البيت، عليه أن يسأل المرأة فيما إذا كانت تحتاج إلى أي شيء من الخارج ليجلبه لها.

٢٣ ـ عندما ينوي الرجل الخروج من البيت عليه أن يخبر زوجته ولا يخرج بدون أي إخطار. لا يترك المنزل بدون أي سابق إنذار إذ أن المرأة لا تحب مثل هذه المفاجآت. وكذلك على الرجل أن يفعل مثل ذلك إذا أراد أن يأخذ قسطاً من الراحة أو أن يخلد إلى النوم (القيلولة).

٢٤ ـ على الرجل التقرب إلى المرأة أثناء النهار أكثر من مرة واحدة. عليه أن يجعلها تشعر إنهما قريبين من بعض سواء في الليل أو النهار.

٢٥ ـ عندما يكون الرجل في العمل عليه أن يحاول الاتصال بالمرأة هاتفياً ويسألها عن حالها أو أن يشاركها موضوع ما أو حدث ما.

٢٦ ـ عندما يكون الرجل في العمل ويتصل بالمرأة هاتفياً، عليه أن يعبر لها عن حبه لها وافتقاده إياها.

٢٧ ـ على الرجل أن يعتني شخصياً بغرفة النوم ولا يتركها مبعثرة، أو أن يجعل ذلك الاعتناء واجب بحت للمرأة.

٢٨ ـ عندما تنوي المرأة القيام بغسيل الملابس، على الرجل وعند مناولته المرأة قطعة من ملابسه التأكد من أنها بصورة لا تبعث على التقزز. كتداخل أرجل البنطال أو تداخل أذرع القميص وما شاكل ذلك.

٢٩ ـ عندما يلاحظ الرجل امتلاء سلة المهملات (القمامة) عليه أن يبدي استعداده لنقلها إلى الخارج والتخلص منها.

٣٠ ـ عندما يقوم الرجل بالسفر إلى خارج المدينة، عليه أن يترك رقم الهاتف الذي تتمكن المرأة من الاتصال به عند الضرورة. وبعد السفر ووصوله إلى الجهة المقصودة، عليه أن يتصل بها ليؤكد لها رقم الهاتف ويطمئنها على سلامة وصوله.

٣١ ـ إذا كان الرجل متعوداً على غسل سيارته بنفسه، عليه أن يغسل سيارة المرأة أيضاً.

٣٢ ـ إذا خطط الرجل القيام بأخذ المرأة بسيارته إلى مكان ما فعليه أن يهتم بنظافة السيارة من الداخل. أما مظهر السيارة الخارجي فإنه أمر مفروغ منه، دائماً بشكل ممتاز.

٣٣ ـ على الرجل أن يهتم بنظافة جسده قبل أن يأوي إلى الفراش مع المرأة، وكذلك عليه أن يضع العطر الذي تحبه المرأة.

٣٤ ـ في حالة وجود خصام بين المرأة وبين شخص آخر، فعلى الرجل أن يقف إلى جانبها ويساندها (طبعاً بحدود المعقول).

٣٥ ـ على الرجل أن يعامل المرأة بكل رقة وحنان أثناء الليل. (سنفصل ذلك في فصل آخر).

٣٦ ـ عندما تتكلم المرأة مع الرجل وتحاول مشاركته بعض الأمور أو العواطف، عليه أن يبدي اهتمامه بها وبكلامها واستعداده للإستماع إليها. عليه أن يبتعد عن الضجر وقلة الصبر كالتأفأف أو النظر إلى ساعته أو القيام بأي عمل يدل على ذلك.

٣٧ ـ عندما يجلس الرجل مع المرأة لمشاهدة التلفزيون، عليه أن لا يقوم بتغيير القنوات حسب رغبته فقط، عليه أن يراعي شعورها في المشاهدة والإختيار أيضاً.

٣٨ ـ يحاول الرجل إظهار شعوره وحبه للمرأة في كل الأماكن، الخاصة والعامة (طبعاً بحدود الأدب ومراعاة عادات وتقاليد المجتمع).

٣٩ ـ إذا كان الرجل سائراً مع المرأة ويداهما متشابكتان، لا يحاول الرجل إرخاء يده دلالة منه على عدم رغبته، أو التوقف عن ذلك.

٤٠ ـ يحاول الرجل التعرف على ما تحبه المرأة من المشروبات الساخنة والباردة كي يتمكن من طلب ما تشتهيه المرأة في المطاعم والحفلات الخاصة.

٤١ ـ عندما يقرر الزوجان الخروج لتناول الطعام، على الرجل اقتراح أكثر من مطعم وبعدها يعطي المرأة حق الإختيار، لا يحاول وضع مهمة إيجاد المطعم على عاتق المرأة.

٤٢ ـ على الرجل ومن فترة لأخرى أن يأخذ المرأة لحضور دار عرض للأفلام (دار السينما) أو دار مسرح.

٤٣ ـ يحاول الرجل إيجاد مناسبة يتمكن من خلالها كل منهما، الرجل والمرأة، ارتداء أفضل ما عندهما من ملابس والظهور بمظهر أنيق.

٤٤ ـ عندما ينوي كل من الرجل والمرأة الخروج من البيت والذهاب إلى أي مكان، فإذا قررت المرأة في آخر لحظة تغيير الفستان الذي ترتديه (وكثيراً ما يحصل ذلك) فعلى الرجل التحلي بالصبر والابتعاد عن إظهار ضجره واستيائه.

٤٥ ـ في الأماكن العامة على الرجل أن يبتعد تماماً عن الإنشغال بالنظر إلى الآخرين وإهمال المرأة، خصوصاً النظر إلى الجنس الناعم.

٤٦ ـ إذا كان هناك أطفال في العائلة، على الرجل أن يعطي المرأة الانطباع الذي يدل على أن للمرأة الأولوية في حياته، مكانتها تأتي قبل أي شخص آخر، حتى الأطفال.

٤٧ ـ يحاول الرجل ومن فترة لأخرى شراء هدايا رمزية للمرأة، كشراء زجاجة عطر تحبها أو علبة شوكولاته وما شابه ذلك. هدايا رمزية فالعبرة هنا هي تذكر المرأة وليس إظهار الكرم الحاتمي الذي لا داعي له وخصوصاً إذا كانت الحالة المادية لا تسمح بذلك.

٤٨ ـ يحاول الرجل ومن فترة لأخرى (حين ميسرة) شراء فستاناً جميلاً للمرأة.

٤٩ ـ يحاول الرجل التقاط صوراً جميلة للمرأة في المناسبات والأعياد (أو تسجيل ذلك على شريط فيديو إذا كان لديهم جهاز كاميرة فيديو).

٥٠ ـ يحاول الرجل ومن فترة لأخرى الخروج مع المرأة للتنزه.

٥١ ـ عندما يقوم الرجل برحلة مع المرأة فعليه أن لا يطلب من المرأة قيادة السيارة، عليه القيام بذلك بنفسه.

٥٢ ـ عندما يقوم الرجل بقيادة السيارة وتكون المرأة معه، عليه القيادة بهدوء وسلامة ولا يستعجل أو يقوم بحركات بهلوانية صبيانية تتخللها بعض المخاطر.

٥٣ ـ يحاول الرجل الإنتباه إلى حالة المرأة النفسية ويسألها عن أمور الحياة اليومية.

٥٤ ـ إذا خطط الرجل للخروج مع المرأة للذهاب إلى مكان ما، فعليه أن يحاول التعرف على العنوان وعلى خارطة الطريق الموصلة إلى ذلك المكان. لا يجوز له الإعتماد الكلي على المرأة في ذلك.

٥٥ ـ بعد الزواج على الرجل أن يعامل المرأة مثلما كان يعاملها قبل الزواج.

٥٦ ـ يحاول الرجل القيام ببعض الإصلاحات المطلوبة داخل المنزل. وهنا يجدر بالرجل عدم تحميل نفسه فوق طاقته.

٥٧ ـ على الرجل الإنتباه إلى المنزل وإصلاح ما يحتاج إلى ذلك. عليه إبدال المصابيح المعطوبة وبثّ النور بدل الظلمة.

٥٨ ـ إذا شاهد الرجل خبراً أو مقالاً في الجريدة ويعلم أن المرأة مهتمة بذلك الموضوع، عليه أن يحاول جلبه إلى المنزل ومشاركة المرأة ذلك الخبر.

٥٩ ـ على الرجل الإهتمام بحمام المنزل وأن يحرص على نظافته.

٦٠ ـ عندما يخرج الرجل مع المرأة متوجهين إلى السيارة، عليه أن يقوم بفتح باب السيارة لها.

٦١ ـ يحاول الرجل حمل ونقل الأغذية من السيارة وإدخالها إلى المنزل.

٦٢ ـ يحاول الرجل حمل الصناديق والأحمال الثقيلة ونقلها إلى داخل المنزل وخارجه.

٦٣ ـ عند قيام الرجل برحلة مع المرأة، عليه الإهتمام بمسألة نقل الحقائب والتكلف بها.

٦٤ ـ عندما تتكلم المرأة مع الرجل، عليه الإلتفات إليها ومحاولة النظر إلى وجهها وبالذات إلى عينيها. (محاكاة لسايكولوجية المرأة).

٦٥ ـ يحاول الرجل ومن وقت لآخر لمس المرأة أثناء الكلام إليها.

٦٦ ـ عندما تتكلم المرأة فعلى الرجل إظهار رغبته في الإستماع إليها وذلك

بإطلاق بعض الأصوات والعبارات، مثل قوله (آه)، (نعم) وما شاكل ذلك.

٦٧ ـ يحاول الرجل ومن فترة لأخرى سؤال المرأة عن حالها وشعورها.

٦٨ ـ إذا شفيت المرأة من مرض أو تعب، فعلى الرجل الاستمرار في سؤالها عن صحتها وعن حالها وما تشعر به.

٦٩ ـ إذا كانت المرأة مرهقة أو متعبة أو مريضة فعلى الرجل تحضير الشاي وتقديمه لها.

٧٠ ـ يحاول الرجل الإيواء إلى النوم في نفس الوقت الذي تأوي فيه المرأة.

٧١ ـ يبدي الرجل إعجابه بحكايات ونكات المرأة.

٧٢ ـ على الرجل أن يعوّد نفسه على قول (شكراً) للمرأة وذلك عند قيامها بأي عمل جميل له وللعائلة.

٧٣ ـ يحاول الرجل خلق جو شاعري لقضاء وقت ممتع مع المرأة.

٧٤ ـ يحاول الرجل ومن وقت لآخر الخروج مع زوجته للتمشي وبدون اصطحاب الأطفال معهم.

٧٥ ـ عند ابتعاد الرجل عن المرأة، عليه أن يبين لها شعوره وأن يفهمها بأنه افتقدها أثناء ذلك البعد.

٧٦ ـ عندما يقوم الرجل بتحضير قائمة ما، فعليه أن يسأل زوجته فيما إذا كانت تودّ إضافة بعض الأشياء إلى تلك القائمة.

٧٧ ـ إذا كانت المرأة هي التي دائماً تتولى مهمة التسوّق، على الرجل ومن وقت لآخر أن يبدي استعداده للقيام بذلك نيابة عنها.

لهذه الأمور البسيطة لها مفعول عجيب، ولفتةٌ كريمة جيدة من الرجل نحو المرأة.

تعتبر الأمور التي ذكرناها أموراً بسيطة ويسهل على الرجال القيام بها،

ولكن وبالرغم من بساطتها إلا أن لها مفعولاً عجيباً وتأثيراً إيجابياً بالغاً على المرأة وعلى شعورها. فعندما يقوم الرجل بهذه الأمور البسيطة فإنه بذلك يحافظ على امتلاء خزان الحب عند المرأة وكذلك يحافظ على التعادل في النقاط المسجلة.

وعندما تكون النقاط المسجلة بين الرجل والمرأة في حالة تعادل أو شبه تعادل، عندها تشعر المرأة بحب الرجل لها، وتقوم بالمقابل بمنح الرجل كمّاً أكبراً من الحب والثقة.

فعندما تشعر المرأة بحب الرجل لها فإنها في ذلك الوقت تكون مستعدة تماماً لإعطاء ومنح الحب للرجل وبدون أي تردد.

وهنا فعندما يلاحظ الرجل سعادة المرأة وفرحتها، فإنه وبصورة تلقائية يشعر بالسعادة والراحة والقوة والفاعلية وتصبح لديه الرغبة في المزيد من العطاء والتقديم. فالحياة الزوجية هي المشاركة والحب والعطاء المتبادل بين الزوجين.

والنتيجة هي سعادة الجميع.

ما على المرأة مراعاته:

مثلما يحتاج الرجل إلى ضرورة الاستمرار بالقيام بتلك الأمور البسيطة كي يتمكن من ملأ خزان الحب عند المرأة ومن ثم إسعادها، على المرأة أيضاً أن تنتبه إلى نقطة مهمة جداً ألا وهي ضرورة إبداء شكرها وتقديرها وسرورها للرجل الذي قام بتلك الأمور. ويمكن للمرأة أن تعبّر عن ذلك من خلال ابتسامة رقيقة صادقة أو كلمة شكر أو حركة يفهمها الرجل وتدلّ على ذلك الشعور. وإذا قامت المرأة بذلك فإن هذا التصرف يجعل الرجل يشعر بأنه سجل نقطة لصالحه وذلك ما يشجعه على المزيد من العطاء.

يحتاج الرجل إلى أن يشعر بأن جهوده المبذولة من أجل إسعاد المرأة لم تذهب أدراج الرياح وإنه فعلاً قادر على إسعاد المرأة. أما إذا لم تقدر المرأة جهود الرجل المبذولة، فإن الرجل وقتها تصيبه خيبة أمل ويشعر بعدم تقدير

المرأة وبالتالي فلن يكون لديه أي دافع يدفعه إلى التقديم والقيام بتلك الأمور، ونراه يتوقف عن العطاء والتقديم.

طبعاً ما نتوقعه من المرأة في حالة قيام الرجل بعمل ما لأجلها ولأجل سعادتها هو تقديرها لذلك العمل وعدم تجاهله. ولا نعني بكلامنا هذا أن تتظاهر المرأة بأن كل شيء على ما يرام وإنها في منتهى السعادة لمجرد قيام الرجل ببعض الأعمال الجيدة بالرغم من وجود مشاكل أخرى في العائلة. أبداً، فإصلاح الرجل لحنفية ماء مكسورة في البيت لا يعني أنه أصلح كل شيء أو أن إصلاح الحنفية سيحل كل المشاكل الأخرى، هذا غير معقول طبعاً، إلا أن ما نعنيه هو ضرورة عدم تجاهل المرأة لعمل الرجل الجيد وكذلك إشعار الرجل بملاحظتها لعمله وتقديرها لذلك العمل والجهد الذي بذله.

وإذا تم تحقيق ذلك فإن شعور التوتر والغضب سيهدأ ويزول تدريجياً، وبعدها تهدأ الأمور ويزداد التفاهم والحب بين الطرفين وسيتجنبان مشاكل كثيرة. إدراك المرأة لعمل الرجل الجيد وإبداء شكرها وإعجابها سيسران الرجل ويدفعاه إلى تقديم المزيد في المستقبل.

كذلك يجدر بالمرأة الانتباه إلى طبيعة الرجل وإسلوب تفكيره، فالرجل بطبيعته يصب كل اهتمامه على القيام بالأمور الكبيرة وإهماله للأمور البسيطة وعدم الالتفات إليها. هذه طبيعة الرجل وإسلوب تفكيره، المهم جداً هنا هو أن تنظر المرأة إلى طبيعة الرجل وإلى نواياه الحسنة. فعدم قيام الرجل بتلك الأمور البسيطة لا يقصد من خلالها إهمال المرأة وعدم تلبية متطلباتها، أبداً والدليل على ذلك هو قيامه بالأمور الكبيرة من أجلها، إنها فقط طبيعته.

تفهّم المرأة لهذه النقطة مهم جداً ويخفف عندها حدة الألم والمعاناة والشكوك. ومن خلال الجهد والعمل البناء الذكي والمثابرة الدؤوبة تستطيع المرأة التغلب على هذه المشكلة.

تستطيع المرأة ومن خلال إظهار شكرها وتقديرها للأمور البسيطة التي

يقوم بها الرجل أن تعوّد الرجل على الاستمرار بالقيام بتلك الأمور البسيطة.

وفي المستقبل فإذا نسي الرجل القيام ببعض الأمور البسيطة فعلى المرأة أن تتذكر أن نسيان الرجل هذا لا يعني أبداً عدم حبه لها أو غضبه عليها، أبداً فإن حصل ونسي الرجل القيام ببعض الأمور البسيطة فإن ذلك يعني أن الرجل قد عاد إلى طبيعته الأساسية مرة ثانية، طبيعة الاهتمام بالأمور الكبيرة وعدم الالتفات إلى الأمور البسيطة.

وهنا وبدلاً من غضب المرأة ومعاقبتها للرجل على نسيانه هذا، عليها أن تحفّز الرجل وتشجعه على المشاركة وذلك عن طريق طلب مساعدته ومساندته لها والوقوف معها من أجل تحقيق الأهداف المرجوة من هذه الرابطة. تحقيق الحب والعاطفة والسعادة والهناء وراحة البال. ببعض التشجيع والتقدير والمتابعة من قِبل المرأة سيتعلم الرجل تدريجياً أهمية قيامه بالأمور البسيطة والكبيرة وسيحاول القيام بها جميعاً.

إرهاق الرجل في العمل:

يقضي الرجل ساعات طويلة في العمل كل يوم، وعندما يعود إلى البيت يكون في حالة من التعب والإرهاق لا يحسد عليها. تعب وإرهاق يدفعان الرجل إلى البحث عن الراحة التامة وذلك من أجل التعويض عن الطاقة التي فقدها أثناء العمل.

والنتيجة هنا هي ابتعاد الرجل عن المرأة أثناء تواجده في العمل خارج المنزل وكذلك بعده عنها عند عودته إلى البيت وخلوده للراحة.

وكلما زاد الرجل من ساعات عمله في الخارج من أجل الحصول على المزيد من المال من أجل رفع مستوى العائلة المعيشي، كلما كثر بعده عن المرأة. معادلة صعبة جداً بالنسبة للمرأة فبالرغم من وجاهة سبب بعد الرجل عنها إلا أن ذلك البعد لا يعجب المرأة ولا ترغب فيه. هذا البعد يجعل المرأة تشعر بإهمال الرجل وعدم حبه لها. ما أعوص هذه المشكلة؟!.

يستطيع الرجل العاقل الذكي التغلب على هذه المشكلة وذلك بتخصيص وقت أكثر لقضائه مع المرأة. فالدكتور وبدلاً من مقابلة أحد عشر مريضاً في عيادته كل يوم، يمكن له أن يقابل عشرة مرضى فقط في اليوم الواحد، ويخصص ذلك الوقت الذي كان من المفـروض أن يقضيه مع المريض الحادي عشر لقضائه مع المرأة التي يحبها ويخاف عليها ويحاول إسعادها. يمكن أن يعتبر تلك المرأة المريض رقم (١١). وهذا المريض يحتاج من الدكتور العناية والوقت.

عندما يقلل الرجل ساعات عمله وجهده المبذول في ذلك العمل فإن ذلك وبلا شك سيؤثر على حالته النفسية عند عودته للبيت. نعم، فالرجل في هذه الحالة لا يشعر بذلك التعب والإرهاق كما لو كانت ساعات العمل أطول والجهد المبذول أكبر، وبالتالي فإن حالته النفسية تكون أفضل وأحسن ويكون لديه الإستعداد الكبير للتعامل مع المرأة، فالإعتدال في الأمور هو أفضل طريقة للتعايش.

لا شك أن الرجل الذي يعمل لساعات طويلة ويبذل مجهوداً كبيراً في عمله يكون دخله الشهري أفضل، ومن خلال تلك الزيادة في المال يستطيع أن يحسن من مستوى معيشته، فبدلاً من ركوب سيارة قديمة يستطيع أن يشتري سيارة جديدة، ويمكن أن يشتري أفضل الأثاث المنزلية ويجددها متى ما يشاء، ويمكن له القيام برحلات للخارج و. . و. . . و. . .

ولكن على هذا الرجل أن يعلم جيداً أن ما يقابل هذا المكسب الكبير خسارة أكبر، خسارة إسعاد المرأة التي يحبها وبالتالي خسارة إسعاد الأسرة.

يمكن للمرأة أن تلعب دوراً كبيراً ومهماً في مساعدة الرجل في هذا المجال إذ إنها تستطيع مساندة الرجل والوقوف إلى جانبه ومعه في جهوده وطموحه وتشجيعه على العمل. وبنفس الوقت يمكن لها أن تعبر للرجل عن حقيقة مشاعرها إزاء ذلك، تعبر للرجل وبشكل هادىء وإسلوب ودّي لطيف

عما تحس به من آلام جراء الظروف التي يمر بها الرجل والتأثير السلبي لذلك عليها وعلى الجو العائلي.

وكذلك يمكن للمرأة مساعدة الرجل ومساندته وذلك بإبداء حبها وتقديرها لجهود الرجل عندما يقوم بأي عمل بسيط يكون الهدف منه إسعادها. ونتيجة لذلك وبصورة تدريجية سيلاحظ الرجل أهمية تلك الأمور البسيطة بالنسبة للمرأة وتأثيرها الإيجابي على نفسيتها، وسيبدأ بالقيام بها.

حساب النقاط عند المرأة:

من طبيعة النساء والخاصة بهن فقط هي قدرتهن الطبيعية على الإنتباه والإهتمام والتقدير للأمور البسيطة مثل انتباههن للأمور الكبيرة وتقديرها.

وهذه الصفة عند النساء تعتبر نعمة فضيلة بالنسبة للرجل.

يركز الرجال ويصبون تفكيرهم ويكرسون جهودهم لتحقيق مكاسب كبرى في الحياة لرفع شأنهم وشأن عوائلهم ظناً منهم أنهم ومن خلال ذلك سيكسبون الحب، وكلما كبرت مكاسبهم وعظمت أعمالهم كلما زاد الحب المكتسب.

إلا أن هذه القاعدة غير صحيحة ولا تنطبق مع الواقع. والحقيقة فإن الرجال يتمكنون من اكتساب ذلك الحب والتقدير بمجرد قيامهم بالأمور البسيطة، تلك الأمور التي لا تكلفهم الكثير من المال أو العناء، تلك الأمور البسيطة التي تجلب السعادة للمرأة، تلك السعادة التي ينتج عنها حب المرأة الحقيقي وتقديرها للرجل.

تستطيع المرأة مساعدة الرجل على التخلص من تفكيره التقليدي في كيفية اكتساب حب المرأة وذلك من خلال إبداء إعجابها وتقديرها للأمور البسيطة التي يقوم بها الرجل. تعتبر مسألة اكتساب الحب والتقدير أمراً مهماً جداً بالنسبة للرجل. وذلك ما يحفّزه ويشجعه على التقديم والعطاء باستمرار نعم هذه حقيقة يتوجب على كل امرأة أن تعلمها عن الرجل وتعمل بها، ولا تنسى هذه الحقيقة حتى عندما تكون في حالة نفسية هابطة أو في حالة الغضب.

علاج حالة الإستياء عند المرأة:

المرأة وبطبيعتها تقدّر الأمور البسيطة التي يقدمها الرجل. ولكن هناك بعض الاستثناءات لهذه القاعدة. ومن هذه الإستثناءات هي عدم إدراك المرأة لمدى احتياج الرجل لسماع ذلك التقدير والإعجاب. أو عندما تشعر المرأة بأن سجل النقاط بينها وبين الرجل غير متعادل. وبعبارة أخرى عندما تشعر المرأة بأن رصيدها من النقاط أعلى بكثير من رصيد الرجل. من الصعب جداً على المرأة أن تقدّر صنيع الرجل وذلك عند شعورها بأنها مهملة وغير محبوبة من قبل ذلك الرجل. ذلك الوقت تشعر المرأة بالإستيـاء، والسبب هو عطاؤها الكثير والذي لم يستطع الرجل مجاراة ذلك العطاء؛ والسبب تقاعس الرجل وتكاسلـه وعدم اهتمامه.

هذا الإستياء يمنع المرأة من إبداء تقديرها وإعجابها بالأمور البسيطة التي يقدمها أو يقوم بها الرجل لها ومن أجلها ومن أجل العائلة.

يعتبر الاستياء عند المرأة ظاهرة غير صحية، وشعور المرأة بالاستياء يمكن أن نشبهه بالإصابة بالبرد أو بالأنفلونزا، فعندما تكون المرأة مصابة بمرض الإستياء فإنها تميل إلى حالة عدم الإعتراف بالجميل ونكران كل ما قدم لها الرجل في الماضي. لا تحاول أن تتذكر أي عمل جيد قام به الرجل من أجلها، والسبب في ذلك هو (طريقة حساب تسجيل النقاط عندها) فهي تشعر بأنها قدمت أكثر مما قدمه الرجل.

تشعر المرأة بالإستياء عندما يكون رصيدها أعلى بكثير من رصيد الرجل، فعندما يكون رصيدها من النقاط المسجلة لصالحها (٤٠) نقطة، يقابلها (١٠) نقاط لصالح الرجل، هنا تحصل عند المرأة حالة غريبة وتتصرف بطريقة فريدة وغير مألوفة عند الرجل. تقوم المرأة وبصورة تلقائية وبطريق اللاوعي بقلب تلك المعادلة الرياضية من النقاط ووضعها بشكل جديد يختلف تماماً عن الشكل الأصلي القديم. تقوم باستخلاص نتيجة جديدة للنقاط المسجلة لكليهما، فبدلاً

من (٤٠) نقطة لصالحها و (١٠) نقاط لصالح الرجل، تصبح المعادلة الجديدة (٣٠) نقطة لصالحها و (٠) لصالح الرجل! تقوم بطرح رصيد الرجل من النقاط والتي قام بتسجيلها، من رصيدها من النقاط، تقوم بطرح نقاط الرجل العشر من رصيدها الأصلي من النقاط وهو (٤٠) نقطة ويصبح الرصيد الجديد (٣٠/ ٠) لصالحها.

من الناحية الرياضية فإن هذه المعادلة أو النتيجة الجديدة تكون مقبولة ومعقولة، إلا أنها من ناحية العلاقة بين الرجل والمرأة تعتبر غير مقبولة وغير معقولة.

فعندما قامت المرأة بطرح نقاط الرجل من نقاطها فإن رصيده الجديد أصبح صفراً، بينما في الأصل كان رصيده (١٠) نقاط. وبناء على حساباتها الجديدة فعندما يعود الرجل المسكين من العمل ويدخل البيت يرى في عيني المرأة نظرة غير طبيعية وفي صوتها نغمة جديدة. وكل ذلك إشارة منها تقول للرجل وبلغة الصمت أن رصيده الجديد هو(٠) لا أكثر. وهذا يعني أن المرأة تنكر كل ما قام به الرجل في الماضي وتعامله على أنه لم يقدم لها أي شيء.

وكما نعلم فإن الحقيقة غير ذلك وإن الرجل فعلاً قدم بعض الشيء.

السبب الذي يدفع المرأة إلى هذا التصرف في حساب النقاط هو شعورها بعدم حب الرجل لها، وكذلك فإن التفاوت الكبير في عدد النقاط المسجلة لصالحها يجعلها تشعر وكأنها غير مهمة في حياة الرجل.

عندما تصل الأمور بين الرجل والمرأة إلى هذا الحد فما يحصل للعلاقة بينهما عادة هو أن يشعر الرجل بعدم تقدير المرأة لجهوده التي يبذلها من أجلها ومن أجل إسعادها. ونتيجة لذلك الشعور نرى الرجل يفقد الحافز أو التشجيع على العطاء وعندها يتوقف عن التقديم والعطاء للمرأة ويصاب هو أيضاً بأنفلونزا الإستياء.

وعندما تلاحظ المرأة حالة الرجل الجديدة، حالة الاستياء، يزداد عندها

شعور الاستياء وينقلب الوضع بينهما إلى حالة تشنجع أعصاب وتصاب تلك العلاقة بالفتور، وقد يتطور الموقف بينهما إلى أبعد من ذلك، قد يصل الموضوع إلى حالة تكون نتائجها مكلفة.

ما يمكن للمرأة أن تفعله:

كي نتمكن من التغلب على هذه المشكلة علينا أن نفهم أن هناك شقّان وعلينا أن ننظر جلياً إلى هذين الشقين وأن نفهمهما. فالرجل وبطبيعته يحتاج إلى التقدير بينما تحتاج المرأة إلى المساندة والمؤازرة. وإذا اختل التوازن أو فقد أحد الجانبين فالنتيجة هي الفشل الذريع وزيادة المرض (حالة الإستياء).

يمكن للمرأة أن تتغلب على حالة الإستياء هذه وذلك عن طريق تحمل المسؤولية، ونقصد بذلك هو أن تتحمل المرأة مسؤوليتها التي ساهمت في خلق هذه المشكلة. نعم فقد ساهمت المرأة وبكل طيبة وعفوية في خلق هذه المشكلة، فهي كانت دائمة العطاء والتضحية إلى درجة أصبح رصيدها من النقاط عالياً جداً وبذلك أصبحت هناك فجوة كبيرة بين رصيدها من النقاط ورصيد الرجل. يمكن أن نقول أن المرأة قطعت مسافة مائة متر في خلال دقيقة واحدة بينما قطع الرجل في تلك الدقيقة عشرة أمتار فقط.

تحتاج المرأة إلى التقليل من كمية العطاء وإفساح المجال للرجل للعطاء والقيام بالأمور التي تساعده في زيادة رصيده من النقاط.

وهناك نقطة أخرى مهمة تتعلق بالمرأة يجدر بنا أن نتطرق إليها، فعندما تشعر المرأة بحالة الإستياء نراها تتوقف عن إعطاء أية فرصة للرجل للقيام بأمور تزيد من رصيده من النقاط المسجلة. تحاول زيادة تلك الفجوة الكبيرة بين رصيديهما من النقاط؟! وحتى لو قام الرجل بأي عمل يستحق عليه التقدير فإنها تقوم بتجاهل ذلك العمل ولا تمنح الرجل أية نقطة على ذلك العمل ويبقى رصيده كما كان عليه في السابق (٠).

هذه إحدى طبائع المرأة فهي تغلق الباب الذي يتمكن الرجل من خلاله

العطاء وتسجيل النقاط. على المرأة أن تفهم أنها هي المسؤولة أصلاً عن عدم التعادل في النقاط، فهي التي قامت بالعطاء الكثير ولم تنتبه إلى كمية عطاء الرجل. وحتى بعد أن انتبهت إلى ذلك فقد تملكتها حالة الإستياء والغضب وقررت عدم إعطاء الفرصة للرجل محاولة ترجيح كفة الميزان وإعادتها إلى وضعها الطبيعي.

وبعد معرفتنا للتفاصيل المذكورة نطلب من المرأة التوقف عن إلقاء كل اللوم على الرجل بسبب الحالة التي هما عليها، وعليها أن تبدأ صفحة جديدة. يمكن للمرأة أن تنسى الماضي وتبدأ من جديد. يمكن لها أن تعطي الرجل فرصة جديدة لإصلاح الوضع القائم انطلاقاً من فهمها الجديد للمشكلة وأسبابها.

ما يمكن للرجل أن يفعله:

عندما يشعر الرجل بعدم تقدير المرأة لجهوده ولأعماله التي يقدمها فإنه وبطبيعته يتوقف عن تقديم المساعدة والمساندة للمرأة.

من الضروري جداً أن يفهم الرجل بأنه من الصعب جداً على المرأة الإعتراف بالأعمال الجيدة التي يقدمها ويقوم بها الرجل أو احتساب نقاط لصالحه عندما تكون المرأة في حالة استياء وغضب. فعندما تكون المرأة في حالة استياء فإنها وبطبيعتها لا تمنح الرجل أية نقطة لأي عمل جيد يقوم به وتتجاهل كل ما يفعله لأجلها.

هذا التصرف من قبل المرأة يزعج الرجل ويسبب تغييراً كبيراً في حالته النفسية وشعوره. إذ إن ذلك يؤثر على مشاعر الرجل وتتغير تصرفاته تبعاً لذلك.

يستطيع الرجل التخلص من حالة الإنزعاج والتأثّر وذلك بفهمه لحالة المرأة وإسلوب تفكيرها في الحياة. على الرجل أن يعلم أن المرأة المنزعجة والمصابة بتلك الإنفلونزا، أقصد أنفلونزا الإستياء والغضب، سوف لن تتجاوب

معه تجاوباً إيجابياً وذلك عند أول عمل جيد يقوم به من أجلها ومن أجل إسعادها. يحتاج الرجل إلى القيام بأكثر من عمل واحد كي يستطيع أن يحرك وجدان وعواطف المرأة ثانيةً وتتجاوب معه تجاوباً إيجابياً.

وبما أن هذه هي طبيعة المرأة فعلى الرجل أن يحاول ويحاول وأن لا ييأس من أول محاولة. عليه التذرع بالصبر والاستمرار في المحاولات، فلا بد للمرأة بعد ذلك أن تتجاوب مع الرجل تجاوباً إيجابياً وتعود المياه إلى مجاريها الطبيعية.

وأثناء محاولات الرجل، عليه أن يضع في الحسبان أن تلك المرأة هي زوجته التي يحبها ويسعد بقربها وإنها شريكة حياته وأن من واجبه تصفية الجو بينهما.

شيء آخر يتوجب على الرجل تذكره وهو احتمال كون تعاسة المرأة وتبدّل حالتها النفسية من صنعه وبسببه. يمكن أن يكون كل ذلك بسبب عمل ما قام هو به أو شيئاً ما قاله.

بهذه الرؤيا الجديدة يمكن للرجل أن يعطي ويقدم للمرأة ويستمر في المحاولة إلى أن يحصل تجاوب المرأة الإيجابي ثانية وتعود الإبتسامة على وجهها ويتخلّصا من هذه المشكلة ويعود التوازن بينهما مرة ثانية.

لم عطاء الرجل أقل؟

من النادر جداً أن تكون نيّة الرجل الحصول على أكثر مما يقدم، فالرجل عادة يؤمن بمبدأ العدل. ولكن مع ذلك نرى عطاء الرجل قليلاً في الحياة الزوجية.

أغلب شكاوى المرأة هي أن الرجل يكون كثير العطاء والتضحية في بداية العلاقة الزوجية ولكنه بعد ذلك وبصورة تدريجية يقلل من ذلك العطاء ويصل بعد ذلك إلى درجة الخمول والكسل. أما شكاوى الرجل فهي أن المرأة لا تعامله معاملة عادلة، إذ أنها في بداية العلاقة تلاحظ وتقدّر كل ما يقدمه لها

ويضحي من أجلها، وبعد ذلك يتغير الحال وتتجاهل كل تلك الأعمال والتضحيات وتبدأ بمطالبة الرجل بمزيد من العطاء والتضحيات.

وحتى لو أن الرجل زاد من عطائه وتضحياته فإن المرأة لا تقدر ذلك ويذهب مجهوده هباء وكأن شيئاً لم يكن.

لا يمكننا فهم هذه المشكلة وهذه التعقيدات إلا إذا فهمنا الإختلاف في عملية حساب تسجيل النقاط بالنسبة للرجل والمرأة وطريقتيهما المختلفتين.

هناك خمسة أسباب رئيسية تدفع الرجل إلى التوقف عن العطاء والتقديم. والأسباب هي:

١ ـ إيمان الرجل بالعدل:

كل يوم يذهب الرجل إلى العمل وهناك يركز ويبذل مجهوداً كبيراً، ونتيجة لذلك فإنه يشعر بتسجيله على الأقل (٥٠) نقطة لصالحه في حياته الزوجية، كيف لا وإن كل ذلك المجهود الذي بذله صاحبنا في العمل سيعود بالخير عليه وعلى زوجته معاً، وهذا الخير هو المرتّب الضخم الذي سيستلمه في نهاية الشهر.

وبناء على هذا التصور نرى الرجل عند عودته للبيت يسترخي ويتوقف عن العطاء معتمداً على الرصيد العالي من النقاط المسجّلة لصالحه!!.

والمشكلة لا تقف عند هذا الحد بل إنها تذهب أبعد من ذلك. فالرجل في هذه الحالة ينتظر من زوجته أن تقوم بأعمال كثيرة توازي الجهد الذي قدمه في العمل، وعند ذلك يمكن أن تحقق المرأة لصالحها (٥٠) نقطة. وبهذا يتحقق العدل في عدد النقاط المسجلة بالنسبة لكليهما. الخبر المفزع الذي نزفّه لصاحبنا الرجل هو أن كل ما قدمه من جهود جبارة في العمل قد حقق له نقطة واحدة فقط، نقطة واحدة لا غير! هذا هو الإسلوب الطبيعي لتفكير المرأة وإسلوبها في عملية حساب النقاط المسجلة. والآن فبالنسبة للمرأة فإن كل تلك الجهود الجبارة التي بذلها الرجل في العمل قد حققت له نقطة واحدة.

يعتبر إسلوب المرأة الطبيعي هذا في مسألة تسجيل النقاط خيبة أمل وخسارة كبيرة بالنسبة للرجل، فالرجل الذي يظن أنه سجل خمسين نقطة جراء ما قدمه في العمل وأن هذا الرصيد سيسمح له بالإسترخاء والطلب من المرأة القيام بأعمال تقابل تلك النقاط الخمسين، يرى نفسه فجأة أمام عملية حسابية جديدة تقلل كثيراً من قيمة الجهود التي بذلها.

سجل الرجل ـ حسب تفكيره ـ (٥٠) نقطة وعلى المرأة أن تعمل وتعمل وتقدم لكي تتمكن من معادلة تلك النقاط. ولكن للأسف الشديد فإنه وحسب تفكيرها وحسابها لتسجيل النقاط قد سجل نقطة واحدة وليس له الحق في التراخي والتقاعس. عليه أن يعمل ويجتهد ويقدّم ويسجل نقاطاً أخرى لصالحه ومن البديهي فحسب تفكير الرجل فإن ميزان العدل لم يتحقق. وبناء على هذا المفهوم فإن موضوع العدل يمكن أن يكون مؤثراً وفعالاً وعملياً في حالة واحدة فقط، ألا وهي إدراك الرجل لإسلوب المرأة في حساب وتسجيل النقاط.

ولكي يستطيع كل من الرجل والمرأة التوصل إلى حالة يمكن أن تريحهما، على الرجل أن يتذكر أن الجهود والعطاءات الكبيرة والصغيرة لها نفس الرصيد من النقاط المسجلة عند المرأة فكل هدايا الحب الصغيرة والكبيرة ضرورية جداً بالنسبة للمرأة ولها نفس الحساب. لذلك على الرجل أن لا يركز كل تفكيره وجهوده على الأمور الكبيرة فقط ويتجاهل تلك الأمور البسيطة، عليه الإستمرار في تقديم الأمور البسيطة والتي لها وقع كبير في قلب المرأة، فالمرأة تحتاج إلى الأمور الكبيرة وكذلك الأمور البسيطة وجميعها لها وقع عظيم. وعلى المرأة أن تتذكر أن تفكير الرجل يختلف تماماً عن تفكيرها وإنه بطبيعته غير متحمس للقيام بالأمور البسيطة؛ وعدم تحمسه هذا لا يعني أبداً عدم حبه للمرأة، أبداً. . . فكما ذكرنا سابقاً فإن السبب الحقيقي في ذلك هو اعتقاد الرجل بتسجيله نقاطاً كثيرة نتيجة لقيامه بعمل واحد يكون من الوزن الثقيل.

على المرأة أن تحاول وبصورة متواصلة تشجيع الرجل على العطاء

المستمر وأن لا تنتظر وتنتظر إلى أن تصل إلى درجة تضطر فيها إلى طلب مساعدة ومساندة الرجل. على المرأة أن لا (تطلب) من الرجل القيام بعمل ما، ولكن عليها أن (تشجعه) على القيام بذلك العمل.

٢ ـ إيمان المرأة بالحب الغير مشروط:

تقوم المرأة وبطبيعتها النسائية بالعطاء المستمر وتقدم كل ما في مقدورها بدون توقف أو الانتباه إلى مسألة من الذي يقدم أكثر أو أقل. ولكن عندما تشعر المرأة بفراغ داخلي تبدأ وقتها بالانتباه إلى عدد النقاط التي يسجلها كل من الطرفين، وعند ذلك تشعر أن السجل غير متعادل وأنها قد سجلت نقاط أكثر بكثير من الرجل.

من الاختلافات الطبيعية بين الرجل والمرأة هي أن المرأة لا تبني علاقتها مع الرجل على أساس حساب النقاط، فهي لا تضع اعتباراً لذلك مثلما عند الرجل. فالمرأة تقوم بالعطاء المجاني وبدون حساب وطبعاً فإن المرأة لا شك وإنها تنتظر من الرجل أن يقوم بالتقديم أيضاً، تقدم المرأة ما يمكنها تقديمه بدون حساب أو قيد أو شرط.

إلا أن الرجل ليس كذلك، فالرجل يقوم بالعطاء المجاني عندما يشعر بأن الرصيد بينه وبين المرأة متعادل على الأقل ولكنه يتوقف عن ذلك العطاء عندما يشعر أن الحساب بينه وبين المرأة غير متعادل. عدم التعادل هذا يعود إلى عطائه الكثير وقلة عطاء المرأة.

عادة الرجل هي العطاء السخي والهدف منه هو تسجيل أكبر عدد من النقاط، وبعد ذلك يتمكن من أخذ قسطاً من الراحة ويسترخي وينتظر إلى أن تقدم المرأة ما يعادل رصيده من النقاط المسجلة.

من الأمور التي تزعج الرجل وتثير غضبه هي كثرة طلبات المرأة في وقت يشعر فيه أن رصيده من النقاط أعلى بكثير من رصيد المرأة. كيف يمكن لها أن تطالبه بالتقديم والعطاء بينما في الحقيقة هي التي يتوجب عليها أن تقوم بالعطاء؟!.

في هذه الحالة يتصور الرجل بأن المرأة تحاول استغلاله أو أنها تستهين بذكائه.

من الأمور التي تجعل الرجل يشعر برجحان كفة ميزانه هي تصرف المرأة معه وحالتها ووضعها النفسي. فعندما تبتسم المرأة للرجل، يتصور الرجل وقتها بأن المرأة راضية عليه وذلك لأنه قدم الكثير لها وإنها تحاول التقديم كي تتساوى النقاط المسجلة لكليهما.

هنا علينا أن نتذكر أن طبيعة المرأة هي التقديم والعطاء حتى لو أنها شعرت بعدم التعادل، حتى لو شعرت بأن ما قدمه الرجل أقل بكثير مما قدمته. تستمر المرأة في العطاء حتى لو كان رصيد النقاط (٣٠/ ٠) لصالحها.

قد يؤدي سوء الفهم هذا إلى مشاكل بين الرجل والمرأة، فعندما تقوم المرأة بعمل ما للرجل وعلى وجهها ابتسامة عريضة وتبدو في نفسية مرتاحة، يظن الرجل وقتها أن رصيده من النقاط أعلى من رصيد المرأة. وبناء على ذلك فعندما تطلب منه المرأة نراه ينزعج ويتثاقل. لذلك على الرجل أن يتذكر (عندما تقدم المرأة وعلى وجهها ابتسامة عريضة فإن ذلك لا يعني أبداً بأن رصيده من النقاط أعلى من رصيدها أو حتى كونه متعادلاً، فالمرأة تقوم بالعطاء حتى لو أن كفة الميزان راجحة لصالحها نوعاً ما).

وعلى المرأة أن تتذكر: (أن عطاءها المصحوب بابتسامة ونفسيتها المرتاحة وعلو الروح المعنوية لديها آنذاك، كل ذلك يرسل إشارة إلى الرجل تدل حسب مفهومه إما على ارتفاع رصيده من النقاط التي سجلها أو على التعادل في الرصيد).

إذا أرادت المرأة حث الرجل على التقديم فعليها التقليل أو التباطؤ في العطاء، عليها أن تفسح المجال للرجل كي يستطيع أن يقدم ويقوم ببعض الأمور. عليها أن تشجع الرجل على القيام بذلك وبعد أن يقوم الرجل بذلك عليها أن تعبّر له عن إعجابها وشكرها لتلك الجهود التي يبذلها، فالتشجيع مهم جداً بالنسبة للرجل وله مفعول عجيب.

٣ ـ يعطي الرجل عندما يسأل:

من دلائل فخر الرجل واعتزازه بنفسه هو اكتفاءه الذاتي وعدم حاجته للآخرين، لذلك فهو في الغالب لا يطلب المساعدة إلا إذا كان فعلاً بحاجة إليها.

ومن هذا المنطلق فإن طبيعة الرجل هي عدم تقديم المساعدة للآخرين إلا إذا كان الشخص الآخر في حاجة إلى تلك المساعدة، هذه هي القاعدة الأساسية عند الرجل.

أما النساء فإن طبيعتهن تختلف عن ذلك اختلافاً كلياً، فالمرأة لا تتوانى عن تقديم المساعدة سواء طلبها أحد منها أم لا. تقوم المرأة بتقديم المساعدة بصورة تلقائية ولا تنتظر إلى أن يطلبها الطرف الآخر منها، قاعدة عامة وطبيعة خاصة.

إضافة إلى ذلك فإن المرأة التي تكون فعلاً تحب الرجل نراها تقدم كل أنواع المساعدة لذلك الرجل ومن غير أن يطلبها منها. تتبرع بتقديم المساعدة وكلما زاد حب المرأة لذلك الرجل كلما زاد عطاؤها وتقديمها للمساعدة المجانية.

هذا الإختلاف الكبير في طبيعة كل من الرجل والمرأة يسبب مشاكل لا حصر لها، مشاكل مستمرة تعتمد في كميتها على الوقت الذي يقضيه الرجل مع المرأة وعلى كمية الأحداث اليومية التي تحصل بينهما. فكل منهما يتصرف من منطلق طبيعته، والطبيعتان مختلفتان، لذلك فإن سير الأحداث والنتائج غالباً ما تكون غير سارة وتؤدي إلى مشاكل عادة ما تنتهي بخصام وشجار بالرغم من توفر حسن النية عند الإثنين.

عندما تكون المرأة في حاجة لمساعدة الرجل ولا تقوم بطلب ذلك، نرى الرجل يبقى على ما هو عليه ولا يقوم بتقديم تلك المساعدة، وعندها تظن المرأة بأن الرجل لم يعد يحبها، وبناء على تصورها هذا فقد تلجأ المرأة إلى

اختبار الرجل واختبار حبه لها وذلك بالاستمرار في عدم طلب المساعدة وتبقى تنتظر أملاً منها أن يقوم الرجل بتقديم تلك المساعدة بصورة تلقائية. تبقى تنتظر وتنتظر ولا يحرك الرجل ساكناً.

وعندما تلاحظ المرأة عدم تقديم الرجل للمساعدة أو حتى عدم توفر النية لديه في ذلك، نرى صبرها ينفذ وتبدي تألمها وغضبها وتبدأ بالكلام الذي لا يسرّ الرجل. وقد تقوم ببعض الأعمال التي لا يحبها الرجل وذلك تعبيراً منها على شعورها تجاه (كسل أو عدم حب الرجل لها). والله تعالى وحده أعلم بالعواقب.

لا تفهم المرأة الحقيقة الثابتة التي مفادها أن الرجل مستعد لتقديم المساعدة التي تحتاجها، وكل ما عليها فعله هو أن تطلبها.

كما لاحظنا سابقاً فإن موضوع إبقاء سجل النقاط متعادلاً يعتبر مهماً جداً بالنسبة للرجل فعندما يشعر الرجل بأن رصيده من النقاط أعلى من رصيد المرأة، فنراه وبطبيعته يبدأ بالإكثار من طلباته. يشعر الرجل بأحقيته في تلك الطلبات وإن من واجب المرأة تلبية تلك الطلبات. كيف لا وإن رصيده أعلى من رصيدها؟ أليس من العدل أن يكون تعادلاً في الخدمات المقدمة من قبل الطرفان؟.

أما إذا شعر الرجل أن رصيد المرأة أعلى من رصيده وإن الخدمات التي قدمتها أكثر من الخدمات التي قدمها هو، فإن آخر ما يفكر به الرجل هو الطلب من المرأة القيام بخدمته.

نعم، يتوقف الرجل طبيعياً عن الطلبات ويحاول إيجاد طريقة ما يستطيع من خلالها القيام بما يساعده على كسب بعض النقاط.

هناك نقطة أخرى تعتبر حساسة جداً، فعندما تتوقف المرأة عن الطلب إلى الرجل بتقديم المساعدة أو بعض الخدمات فإن الرجل يعتقد ـ بطريق الخطأ ـ أن المرأة توقفت عن ذلك بسبب رصيده العالي من النقاط أو التعادل على الأقل.

لا يعلم الرجل أن المرأة وبطبيعتها تنتظر منه المبادرة والقيام بالمساعدة التلقائية، فما يسعد المرأة هو مبادرة الرجل لتقديم المساعدة لها، أمر محيّر.

لسوء الفهم هذا تأثير سلبي قوي جداً على العلاقة بين الرجل والمرأة، لذلك على المرأة أن تتذكر أن الرجل وبطبيعته يتحين الفرص لكي يقدم لها أكثر وأكثر. وإنه ينتظر منها أن تسأله ذلك، فالرجل لا يقدم الخدمات المجانية بل ينتظر إلى أن تسأله المرأة، وإذا قامت المرأة بالسؤال فإنه وقتها على أتم الإستعداد للتقديم.

وحتى لو شعر الرجل أن عليه أن يقدم للمرأة، فإنه قد يتجاهل القيام ببعض الأمور البسيطة ويركز على عمله في الخارج وذلك ظناً منه أن زيادة الدخل تدخل السعادة إلى قلب المرأة. يستمر الرجل بتصرفاته هذه ولا يحيد عنها إلا إذا أوضحت المرأة له وبصريح العبارة عن الجوانب الأخرى التي ترغب أن يقدم الرجل فيها.

وعلى الرجل أن يتذكر أن المرأة وبطبيعتها لا تطلب المساعدة حتى لو كانت بحاجة إليها. فهي تتوقع من الرجل الذي يحبها المبادرة والإسراع في تقديم تلك المساعدة من تلقاء نفسه. كيف لا وإن تقديم المساعدة التلقائية دليل قوي على حبه لها؟ (هذه طبيعة تفكير المرأة).

على الرجل أيضاً الإنتباه إلى الأمور البسيطة والممارسة على القيام بها بصورة مستمرة. عليه القيام بتلك الأمور تلقائياً ولا ينتظر إلى أن تطلب منه المرأة القيام بذلك. عليه أن يعوّد نفسه على القيام بذلك إذ أن قيامه بتلك الأمور يجلب السعادة للمرأة ويبعث في نفسها الفرحة وشعور حب الرجل لها.

٤ ـ استعداد المرأة للعطاء حتى في حالة عدم تعادل الرصيد:

لا يدرك الرجل الحقيقة التي تقول إن المرأة وبطبيعتها تعطي وتعطي وتستمر في العطاء حتى في حالة عدم تعادل الرصيد في النقاط المسجلة. فالمرأة وبطبيعتها تساند الرجل وتجزل في العطاء وتقدم كل ما بمقدورها، مبدأ

تسجيل النقاط في هذه الحالة لا وجود له في اعتبارات المرأة، ولكن على الرجل أن يكون في منتهى الحذر في موضوع الطلبات الكثيرة والمستمرة. فعندما تشعر المرأة بأنها هي التي دائماً تقوم في العطاء والتقديم وإن الرجل بخيل في عطائه، فالنتيجة هي وبلا شك أن المرأة ستتولد عندها ردة فعل سلبية وعندها ستثور وتنقلب الأمور بينهما وتتدهور.

يظن الرجل وبطريق الخطأ أن موافقة المرأة المستمرة في العطاء وتلبية احتياجاته دليل على التعادل في الخدمات المقدمة من قبل الطرفين وإن الأوضاع بينهما بخير. هذا خطأ كبير وعلى الرجل أن لا ينخدع بذلك.

فلننظر إلى الزوج سلمان وزوجته يسرى. فقد تعوّد سلمان في السنتين الأوليتين من الزواج على أخذ زوجته يسرى إسبوعياً إلى دار السينما لمشاهدة أحد الأفلام الجديدة ظناً منه أن ذلك يعتبر كسراً لروتين الحياة اليومية وأن الخروج من البيت مع زوجته يسرى سيريح أعصابها ويساعد على تجديد الحب ويقوّي العلاقة الزوجية.

لا شك أن تفكيره كان ممتازاً وتصرفه سليماً، إلا أنه ذات يوم وهما في طريقهما إلى دار السينما عبرت الزوجة يسرى عن استيائها وعدم راحتها، وقالت: (دائماً نقوم بتلبية رغباتك وليس هناك أي اعتبار لرغباتي؟).

استغرب الزوج سلمان لاستياء وغضب زوجته يسرى الغير متوقع، فما الذي حصل؟! لم كل هذه الثورة وما السبب؟؟ كل ما كان يعمله هو محاولة إسعادها وإخراجها من الروتين اليومي الممل فأخذها إلى دار السينما كان مبعثاً للفرحة والسرور بالنسبة لها. نعم كانت دائماً تبدي سرورها لذلك، ولم يجبرها أبداً على الذهاب معه إلى دار السينما، فما الذي دهاها وسبّب تلك الثورة إذاً؟؟

حاول سلمان وبدون أن يسأل زوجته يسرى التعرّف على سبب الإنزعاج وردة الفعل الهائجة فأخذ يستعرض في ذاكرته كل الأمور التي مرت بينهما، تذكر أشياء كثيرة إلا أنه لم يشعر بأن أياً منها كان مضايقاً لزوجته، ومن جملة ما

تذكره هو أن زوجته يسرى كانت أحياناً وهما في طريقهما إلى دار السينما (تقترح) الذهاب إلى المسرح لمشاهدة إحدى المسرحيات بدلاً من الذهاب إلى دار السينما. ولكنه لم يعر اهتماماً كبيراً لتلك الإقتراحات، والسبب في ذلك هو إنها كانت مجرد اقتراحات وإن زوجته يسرى لم تصرّ على ذلك. هل يمكن أن يكون ذلك السبب في حالتها النفسية وغضبها هذا؟.

استبعد سلمان أن يكون هذا هو السبب في غضبها وذلك لأنها كانت دائماً في النهاية توافق على الذهاب إلى دار السينما وعلى وجهها تلك الإبتسامة الجميلة. لم تصر أبداً على الذهاب إلى المسرح، كانت مجرد اقتراحات وليست طلبات.

الخطأ الكبير الذي وقع فيه صاحبنا سلمان هو أنه كان دائماً يفسر (رغبة) زوجته يسرى على إنها مجرد اقتراح وليست رغبة قوية، والدليل على ذلك هو موافقتها في النهاية على الذهاب إلى دار السينما وعدم إصرارها على طلبها. فلم تمانع من إلغاء (اقتراحها) لم يعلم سلمان أن اقتراح يسرى كان بالنسبة لها بمثابة رغبة تودّ أن يتم تلبيتها من قبله، لم يعلم سلمان أن عدم تلبيته المستمرة لرغبة يسرى قد أثّر تأثيراً سلبياً في نفسيتها، جعلها تشعر بعدم حب سلمان الكافي لها وكذلك أنانيته وإصراره على تحقيق رغبته وإنكار رغبتها التي حاولت إيصالها إليه بصورة مؤدبة.

يتوجب على الرجل أن يتذكر أن موافقة المرأة المستمرة على تلبية رغباته لا تعني مطلقاً بأن الرصيد متعادلاً أو أن رصيد الرجل أعلى من رصيدها. هذا خطأ فحتى لو كان الرصيد (٢٠/٠) لصالح المرأة فهي توافق الرجل رأيه وتلبي رغباته وتستمر في العطاء، هذه هي طبيعة النساء التي تختلف عن طبيعة الرجال.

موافقة المرأة على تلبية رغبة الرجل والقيام بما يريد ليست دلالة قاطعة على رغبتها في القيام بذلك. على الرجل أن يستفسر من المرأة ويسألها عن

رغبتها وعما تريد، على الرجل أن يجمع المعلومات حول رغبات المرأة ومن ثم تحقيقها إذا أمكن ذلك؛ عليه أن يستفسر من المرأة عن الأماكن التي تود الذهاب إليها، وهنا لا يجدر بالرجل الاعتماد على الظن والحدس عليه أن يتأكد من رغبات المرأة.

وعلى المرأة أن تتذكر أن موافقتها الغير مشروطة لرغبة الرجل تعطي الرجل إشارة إلى أن رصيده من النقاط أعلى من رصيدها وأنه قدّم الكثير لها وإنها سعيدة وممنونة لذلك، أو أن الرصيد متعادل وإنها سعيدة بذلك.

على المرأة التوقف عن العطاء في حالة شعورها بقلّة عطاء الرجل وتحاول بإسلوب وديّ لطيف أن تطلب منه العطاء والتقديم وذلك من أجل ديمومة العلاقة وعدم إفساح المجال للمشاكل من الظهور والتكدّس.

٥ ـ يفرض الرجل عقوبات:

لا تعلم المرأة بأن الرجل يقوم بفرض عقوبات عليها وذلك عندما يشعر بعدم حبها له وتوقفها عن العطاء، فعندما تعامل المرأة الرجل بإسلوب يدل على الرفض وعدم الثقة وعدم الرضا أو عدم التقدير، عندها يفرض الرجل عقوبات على المرأة ويعطيها رصيد سلبي من النقاط.

فعندما يشعر الزوج ماهر بعدم حب زوجته خديجة له أو عدم تقديرها لجهوده التي يبذلها فإنه آنذاك يشعر بأن العدل يحتم عليه أن يلغي بعضاً من النقاط التي كانت لصالح زوجته خديجة. فإذا كان رصيدها عشر نقاط فإن تلك النقاط العشر تلغى ساعتها ويصبح رصيدها الجديد (٠).

أما إذا كان غضب ماهر أكبر فإن العقوبة التي يفرضها تكون أكبر وقد يصبح رصيد خديجة الجديد أدنى من الصفر. يصبح رصيدها الجديد سالباً (ـ ١٠) مثلاً. وعندها تصبح خديجة مدينة إلى زوجها ماهر بعشر نقاط.

قبل دقائق كان رصيدها موجباً (+ ١٠) نقاط وبلمح البصر وبسبب غضب ماهر عليها أصبح رصيدها في السالب (− ١٠) وعليها الآن أن توفي بدينها؟!.

وليس هذا فقط، بل قد يصل رصيد المرأة إلى أدنى من ذلك بكثير، فحجم العقوبة وخصم النقاط يعتمد على مدى الألم الذي يشعر به الزوج من جراء ما قامت به الزوجة.

هذا المبدأ، فرض العقوبات، والذي يعتبر طبيعياً عند الرجل يحيّر المرأة كثيراً ويربكها، فالمرأة التي قامت بخدمات كثيرة للرجل وسجلت (٣٠) نقطة لصالحها نراها وبلحظة غضب من قبل الرجل تفقد كل النقاط ويصبح رصيدها (٠)، أي كأنها لم تقدم أي شيء مفيد للرجل.

وحسب تفكير الرجل فبعد أن يفرض عقوبته على المرأة ويصبح رصيدها الجديد صفراً أو أدنى من ذلك فإنها تصبح مدينة له وعليها أن توفي بذلك الدين وقد آن الأوان له أن يسترخي ويتوقف عن العطاء. ويستمر على ذلك الاسترخاء وعدم التقديم إلى أن تكوّن المرأة رصيداً جديداً لها وتجمع عدداً من النقاط.

وبما أن المرأة لا علم لها بمبدأ فرض العقوبات وخصم الرصيد من قبل الرجل، فهي وعند غضب الرجل عليها أن تعلم بأنها أصبحت مدينة إليه وأن عليها الجد والاجتهاد والعطاء، تحتار المرأة وترتبك ولا تعلم ما الذي يجري حولها وما يدور بخلد الرجل.

يعتبر مبدأ فرض العقوبات من قبل الرجل مبدأ خطيراً جداً على العلاقة الزوجية إذ إنه يظهر الرجل وكأنه لا يقدّر ما تقوم به المرأة من أعمال جيدة، وكذلك يدفعه إلى الكسل والتقاعس والتقليل من العطاء. إذا فكّر الرجل بإلغاء كل مواقف المرأة الجيدة وكل الأعمال الطيبة وكل عطاءاتها للعائلة وله بسبب عمل واحد قامت به المرأة ولم يعجبه ودفعه للغضب (وكثيراً ما يحصل مثل ذلك في حياتنا اليومية) عندها يفقد الرجل حماسه للعطاء ويتقاعس ويبلد ويظهر بمظهر لا يليق به.

وبما أن لهذا المبدأ تأثيراً سلبياً قوياً على العلاقة الزوجية، فعلى الرجل أن يتذكر: (إن مبدأ فرض العقوبات على المرأة لا عدل فيه ولا جدوى منه).

فعندما يشعر الرجل بعدم حب المرأة له أو بجرحها لشعوره، عليه أن يسامحها ويتذكر عطاءاتها الجميلة المستمرة، وبدلاً من إصدار عقوبات عليها على الرجل أن يطلب من المرأة المساندة والوقوف إلى جانبه وبدون أي شك فإن المرأة ستفعل ذلك.

على الرجل وبإسلوب لطيف هادىء أن يوضح للمرأة مدى الألم الذي سببته له وإعطائها الفرصة للإعتذار ومن ثم إصلاح الموقف.

لا يحل مبدأ فرض العقوبة المشاكل التي تحصل بل إنه يعقدها ويزيد منها ومن حدة الموقف على الرجل أن يتذكر أن إسلوب تفكير المرأة يختلف عن إسلوب تفكيره. إنه أمر طبيعي، وبناء على ذلك الإختلاف فإن المرأة في الغالب لا تدرك ولا تعلم مدى الألم الذي سببته له. وعلى المرأة أن تتذكر أن من طبيعة الرجل فرض العقوبات أثناء الغضب، وهناك طريقتان تستطيع المرأة من خلالهما التغلّب على هذه المشكلة.

الطريقة الأولى: هي علمها أن إلغاء الرجل لنقاطها التي سجلتها في السابق من خلال الأعمال الجليلة التي قدمتها أمر ليس فيه عدل، لذلك عليها وبإسلوب وديّ لطيف أن توضح شعورها هذا للرجل. تبين له أنها لا تستحق تلك العقوبة القاسية التي تؤذيها وتؤذي مشاعرها وتؤثر على نفسيتها.

الطريقة الثانية: هي على المرأة أن تعلم أن ما يمكن أن يلغي تلك العقوبة ويعيد الرجل إلى طبيعته اللطيفة ويهدّأ من روعه هو إظهارها حبها للرجل ومساندته والوقوف إلى جانبه. على المرأة أن تفهم الرجل وتفهم متطلباته ورغباته وهذا بالتأكيد سيقلل من التصادم وسوء الفهم بينهما وسيساعدها على تجنّب جرح المشاعر.

عندما تلاحظ المرأة تكدّر مشاعر الرجل بسبب عمل ما قامت به، عليها الإعتذار وتأكيد حبها للرجل. وطبعاً فإن الإسلوب في ذلك يعتمد على حسب الموقف والظروف. وهنا قد تتساءل المرأة عن الإسلوب الذي تستطيع من خلاله

التعرف على سبب زعل الرجل وتكدّر خاطره خصوصاً وإن الرجل بطبيعته لا يتكلم عن ذلك؟ الجواب هو محاولة المرأة التعرف على الرجل وعلى أفكاره وإسلوبه في الحياة وعلى ما يحب ويكره. كل ذلك يمكن أن يتم من خلال الكلام المتواصل والحوار الودي البناء خلال الحياة اليومية.

كيف يمنح الرجل النقاط؟

الطريقة التي يمنح بها الرجل النقاط تختلف عن تلك الطريقة التي تتبعها المرأة. فعندما يقوم الرجل بعمل ما ويرى إعجاب المرأة وتقديرها له ولما قام به فإنه وقتها يشعر بحب المرأة له ويقوم بمنحها نقطة أو عدة نقاط إزاء موقفها هذا.

الرجل هو الذي قام بالعمل ولكن المرأة هي التي حصلت على نقاط لصالحها! معادلة قد تبدو غريبة إلا أنها حقيقة فطريقة الرجل في منح النقاط للمرأة تعتمد على تجاوبها وشعورها تجاه العمل الذي قام به.

أهم عنصر في إبقاء الرصيد متعادلاً في العلاقة الزوجية بين الرجل والمرأة هو شعور الرجل بحب المرأة له. فالمرأة لا تدرك القوة الحقيقية والتأثير الجيد العجيب لحبها الذي تمنحه للرجل، لذلك نرى بعض النساء يقمن بأعمال كثيرة جداً وغير ضرورية في سبيل كسب حب الرجل.

يحصل الرجل على كمية كبيرة جداً من الحب وذلك عندما يلاحظ تقدير المرأة له وللأعمال التي قام بها من أجل إسعادها، وهنا علينا أن نتذكر أن من متطلبات الرجل الأساسية للحب هي التقدير.

لا شك أن الرجل يتطلع إلى مساهمة المرأة في القيام بالأعمال اليومية، ولكن عدم إبداء المرأة تقديرها للرجل ولأعماله يجعله يشعر بأن مساهمة المرأة وعطاءها لا معنى ولا أهمية لهما. المهم هنا هو تقدير المرأة للرجل ولما يقوم به من أعمال.

وعلى الطرف الآخر فإن المرأة لا تقدّر الأعمال الجبارة التي يقوم بها

الرجل ما لم يساهم في القيام بالأعمال البسيطة. فقيام الرجل بالأعمال البسيطة يشبع رغبات المرأة ويجعلها تشعر باهتمام ورعاية الرجل لها وتفهمها واحترامها.

مصدر الحب الكبير بالنسبة للرجل هو نظرة المرأة لتصرفاته ومن ثم تعليقاتها. للرجل خزان حب أيضاً مثلما عند المرأة ولكن طريقة ملأ هذا الخزان تختلف عن طريقة ملأ الخزان الذي عند المرأة. فما يملأ خزان الرجل هو نظرة المرأة له ولتصرفاته وتعليقاتها وشعورها تجاهه. فعندما تعدّ المرأة الطعام وتقدمه للرجل، يقوم الرجل بمنح المرأة نقطة أو عشر نقاط، يعتمد عدد النقاط الممنوحة على ما تشعر به المرأة تجاه الرجل. فالمرأة التي تعد الطعام وتقدمه للرجل وهي في حالة غضب وامتعاظ لا تحصل على رصيد كبير من النقاط من قبل الرجل بل إنها أحياناً قد تحصل على (٠) أو حتى عدداً سلبياً. فالسر في إراحة الرجل يكمن في تعلّم المرأة الكيفية والإسلوب الصحيح لتعبيرها عن حبها للرجل، إذ أن الإسلوب الصحيح يكون من خلال المشاعر والأحاسيس وليس من خلال الأعمال الجيدة فقط.

من الناحية الفلسفية، عندما تشعر المرأة بالحب فإن تصرفاتها تتبدل وتتحسن ويمكن ملاحظة شعورها بالحب من خلال تلك التصرفات.

أما الرجل فإذا عبر عن تصرفات تدل على شعوره بالحب فإنه وبصورة تلقائية سيشعر بذلك الحب وبعدها يزداد عنده ذلك الشعور.

يمكن للرجل القيام ببعض الأعمال الجيدة للمرأة حتى لو أنه لم يشعر وقتها بأي حب تجاهها. وإذا أبدت المرأة إعجابها وتقديرها للرجل ولتلك الأعمال فإن شعور الحب عند الرجل يعود ثانيةً ويطفو على السطح.

وفي هذا المجال فإن طبيعة المرأة تختلف عن طبيعة الرجل، فإذا شعرت المرأة بعدم حبها للرجل في وقت من الأوقات وذلك بسبب عدم اهتمام الرجل بها أو عدم تفهمها أو تقديرها، فإن قيامها ببعض الأعمال للرجل لن يساعدها

على استعادة شعورها بالحب للرجل، بل إن ذلك قد يؤدي إلى العكس، فقد يزيد من غضبها واستيائها.

لذلك فمن الأفضل للمرأة في مثل هذه الحالة أن تلتفت إلى صلب المشكلة التي سببت ذلك الشعور عندها ومحاولة التغلب عليها. على المرأة أن تتوقف عن الاستمرار في العطاء وخدمة الرجل.

على الرجل أن يعطي الأولوية لتصرفاته العاطفية تجاه المرة إذ أن ذلك وبالتأكيد يشبع متطلبات المرأة العاطفية. وعند حصول ذلك فإن المرأة وقتها ستفتح قلبها للرجل وتغدق عليه بالحب، ويفتح الرجل قلبه للحب أيضاً وبذلك يكثر الحب وتزدهر الحياة. فكما ذكرنا سابقاً فإن ما يسعد الرجل هو سعادة المرأة التي معه وفي ذمته.

وعلى المرأة أيضاً أن تعطي الأولوية لمشاعرها ومواقفها العاطفية تجاه الرجل إذ أن ذلك وبدون أي شك يشبع متطلبات الرجل العاطفية، فعندما يرى الرجل ذلك التصرف من قبل المرأة فإنه يتشجع أكثر ويتحمس للعطاء عطاء الرجل هذا أيضاً يساعد المرأة على السعادة وعلى فتح قلبها أكثر للرجل. فالمرأة تفتح قلبها للرجل عندما تشعر بحبه لها وتلبيته احتياجاتها. بعض الأحيان لا تعرف المرأة المناسبات التي يحتاج فيها الرجل للحب، تلك المناسبات التي تستطيع المرأة فيها تسجيل نقاط كثيرة لصالحها.

نورد أدناه بعضاً من هذه المناسبات:

المناسبة وعدد النقاط التي يمنحها الرجل للمرأة:

١ ـ يخطأ الرجل في موضوع ما ولا تقوم المرأة بتأنيبه، كأن تقول (ألم أقل لك ذلك). أو يخطأ ولا تقدم له النصائح ١٠ ـ ٢٠

٢ ـ يخيّب الرجل ظن المرأة ولا تقوم بمعاقبته ١٠ ـ ٢٠

٣ ـ يضلّ الطريق أثناء قيادة السيارة ولا تقيم الدنيا وتقعدها ١٠ ـ ٢٠

٤ ـ عندما يضلّ الرجل طريقه أثناء القيادة ترى المرأة الجانب الإيجابي في ذلك وتقول: (لو كنا سلكنا الطريق المستقيم لما تمكنا من مشاهدة هذه المناظر الجميلة) ٢٠ ـ ٣٠

٥ ـ عندما ينسى الرجل القيام بعمل ما وتقول المرأة: (لا بأس، هل يمكن أن تقوم بذلك في المرة القادمة؟) ١٠ ـ ٢٠

٦ ـ ينسى الرجل مرةً ثانية القيام بذلك العمل وتتحلّى المرأة بالصبر وتقوم بكل ثقة الطلب منه القيام بذلك العمل في المرة القادمة ٢٠ ـ ٣٠

٧ ـ تجرح المرأة شعور الرجل وبعد ذلك تبدي تفهمها لذلك التصرف الخاطىء وتقوم بالإعتذار وتقديم الحب للرجل ١٠ ـ ٤٠

٨ ـ لا تبدي المرأة غضبها عندما تطلب من الرجل القيام بعمل ما ويرفض. تعتقد جازمة بأن الرجل لن يتأخر عن تقديم المساعدة في حالة قدرته على ذلك. وبناء على ذلك لن ترفض المرأة الرجل ولن تغضب عليه من جرّاء تصرفه هذا ١٠ ـ ٢٠

٩ ـ تطلب المرأة مساعدة الرجل ثانيةً ولن تحصل عليها، وأيضاً لا تغضب عليه ٢٠ ـ ٣٠.

١٠ ـ تقوم المرأة بطلب المساعدة بصورة ودية ولطيفة من الرجل، ووقتها يشعر الرجل بأن سجل النقاط متعادلاً بينهما ١ ـ ٥.

١١ ـ تطلب المرأة المساعدة من الرجل بصورة ودية بالرغم من غضبها أو شعور الرجل بأن رصيدها من النقاط أعلى من رصيده ١٠ ـ ٣٠

١٢ ـ عندما ينسحب الرجل ويدخل صومعته، لا تقوم المرأة بأي عمل يجعله يشعر بالذنب ١٠ ـ ٣٠.

١٣ ـ عندما يخرج الرجل من صومعته ويعود إلى المرأة ثانيةً، تقوم المرأة بإستقباله بشكل لطيف ولا تحاول معاقبته أو رفضه ١٠ ـ ٢٠.

١٤ ـ يعتذر الرجل عن خطأ ما ارتكبه وتقوم المرأة بلطف بقبول ذلك الإعتذار وتسامح الرجل (عدد النقاط في مثل هذه الحالات يعتمد على حجم الخطأ المرتكب) ١٠ ـ ٥٠.

١٥ ـ يطلب الرجل من المرأة القيام بعمل ما إلا إنها تعتذر بأسلوب لطيف مبتعدة عن ذكر قائمة طويلة من الأسباب التي تمنعها من تلبية ذلك الطلب ١ ـ ١٠.

١٦ ـ يطلب الرجل من المرأة القيام بعمل ما وتوافق على ذلك برحابة صدر ١ ـ ١٠.

١٧ ـ بعد فترة توتر بين الرجل والمرأة يحاول الرجل التقرّب إلى المرأة وذلك بقيامه ببعض الأمور البسيطة. تقوم هي بتقبّل ذلك ومن ثم تبدي إعجابها وتقديرها ١٠ ـ ٣٠.

١٨ ـ عند عودة الرجل من العمل أو من الخارج إلى البيت، تبدي المرأة سعادتها بذلك ١٠ ـ ٢٠.

١٩ ـ عندما تغضب المرأة، تحاول إخفاء ذلك الشعور وذلك بالذهاب إلى غرفة أخرى لامتصاص ذلك الغضب وبعدها تعود بحالة نفسية أفضل ١٠ ـ ٣٠.

٢٠ ـ في مناسبات خاصة تحاول المرأة التغاضي عن أخطاء الرجل التي عادة ما تزعجا ٢٠ ـ ٤٠.

٢١ ـ استمتاع المرأة بمضاجعة زوجها ١٠ ـ ٤٠.

٢٢ ـ ينسى الرجل المكان الذي وضع فيه شيء ما ولا تحاول المرأة إشعاره بأنه إنساناً غير أهلاً للمسؤولية ١٠ ـ ٢٠.

٢٣ ـ تختار المرأة أسلوباً لطيفاً للتعبير عن عدم استمتاعها بالمطعم أو دار السينما أو ما شاكل ذلك ١٠ ـ ٢٠.

٢٤ ـ امتناع المرأة عن تقديم النصائح المجانية للرجل عند قيادته السيارة أو عند ركنها. وبعد ذلك تبدي ابتهاجها بالوصول إلى المكان المطلوب ١٠ ـ ٢٠.

٢٥ ـ تطلب المرأة مساعدة الرجل في القيام بعمل ما ولا تركّز على الخطأ الذي ارتكبه الرجل ١٠ ـ ٢٠.

٢٦ ـ تشارك المرأة الرجل مشاعرها السلبية وآلامها بدون وضع اللوم عليه أو رفضه وعدم تقبله ١٠ ـ ٤٠.

توضح الأمثلة السابقة الفرق الكبير في احتساب النقاط بين الرجل والمرأة، ومن الطبيعي فإنه ليس واجباً على المرأة أن تلتزم بكل ما ذكرناه في الأمثلة السابقة إلا أننا نود أن نوضح بأن الرجل في مثل هذه المواقف يكون في منتهى الحساسية وإن ردود فعل المرأة لها أهمية كبيرة جداً وتأثيراً فعالاً على نفسيته في تلك اللحظات. وعليه فإن ردة فعل المرأة الإيجابية تحدث صدى كبيراً وتجد لها وقعاً طيباً، وبناء على ذلك يقوم الرجل بمنح المرأة نقاط تضاف إلى رصيدها.

كنا قد ذكرنا في فصل سابق بأن قابلية المرأة أثناء المواقف الصعبة على تقديم الحب تختلف مثل موجات البحر. فعندما تزداد قابلية المرأة على العطاء وذلك أثناء علو الموجة وارتفاعها، فإن ذلك الوقت يعتبر الوقت الملائم للمرأة لتسجيل أكبر عدد من النقاط.

ومثلما تتباين قابلية المرأة على عطاء الحب، كذلك فإن حاجة الحب عند الرجل تتباين. وفي الأمثلة السابقة فإنه في الحقيقة لا يوجد عدد معين من النقاط يمنحها الرجل للمرأة، بل إن هناك إطار تقديري. فكلما زادت حالة الرجل للحب، كلما زاد عدد النقاط الممنوحة من قبله للمرأة فعلى سبيل المثال إذا ارتكب الرجل خطأ ما فإنه يشعر وقتها بالحرج والأسف، وهذا هو الوقت الذي يحتاج فيه الرجل إلى مزيد من الحب وإذا حصل الرجل على ذلك الحب

فنراه يقوم بمنح المرأة نقاطاً كثيرة. وكلما زاد حجم الخطأ كلما زاد عندها عدد النقاط الممنوحة للمرأة. وكذلك فإن الرجل يفرض على المرأة عقوبات وذلك عندما تكون ردة فعلها سلبية تجاهه وحجم العقوبة يعتمد على مدى احتياج الرجل لحب المرأة في تلك اللحظة. فإذا أخطأ الرجل خطأً كبيراً وقامت المرأة بتعنيفه أو رفضه وعدم تقبّله، فقد يقرر الرجل وقتها فرض عقوبة من الوزن الثقيل على تلك المرأة.

ما الذي يدفع الرجل لاتخاذ موقف الدفاع:

عندما يخطأ الرجل وتنزعج المرأة وتغضب، نرى الرجل يشتاط غضباً في تلك اللحظة وحجم غضبه يعتمد على حجم الخطأ الذي ارتبكه. فالخطأ البسيط يدفع الرجل إلى التزام جانب الدفاع البسيط بينما يلجأ الرجل إلى حالة دفاع قصوى عندما يكون حجم الخطأ المرتكب فادحاً. بعض الأحيان تستغرب المرأة لتصرف الرجل هذا وتبدأ تتساءل (لم لا يحاول الرجل الاعتذار عن الخطأ الذي ارتكبه وبذلك تنتهي المشكلة؟).

الجواب هو خوف الرجل من عدم قبول المرأة اعتذاره وعدم مسامحته. بالنسبة للرجل فإن الفشل مؤلم جداً، لذلك فبدلاً من اعتذار الرجل عن خطئه الذي ارتكبه نراه يغضب على المرأة المنزعجة ويفرض عليها عقوبات. أمر محير وكذلك مضحك ومحزن في نفس الوقت.

لذلك عندما يكون الرجل في حالة غضب فمن الأفضل للمرأة أن تتماسك أعصابها وتهدأ وتعتبر ذلك الغضب مثل الإعصار، ذلك الإعصار الذي يمر ويذهب وبعدها تعود الأمور إلى وضعها الطبيعي.

وإذا تمكنت المرأة من اتباع هذا الأسلوب فإن ذلك يساعد الرجل كثيراً على إفراغ شحنة غضبه ويهدأ بعدها. وبعد هدوء الرجل وعودته إلى حالته الطبيعية فإنه سيقدر هدوء المرأة وتصرفها العاقل الذكي ويمنحها نقاطاً كثيرة.

أما إذا قامت المرأة بملاسنة الرجل وتشنجت أعصابها وحاولت محاججته

وإيقاع اللوم عليه فإن ذلك التصرف سيقود بالرجل إلى اتخاذ موقف دفاعي حازم وسيحاول إيقاع اللوم عليها. وبعد ذلك فالنتيجة المتوقعة ستكون مأساوية.

مسألة تماسك المرأة لأعصابها وعدم ملاسنة الرجل ومحاججته أمراً ليس سهلاً على المرأة، والسبب في ذلك هو أن المرأة وبطبيعتها النسائية عندما تلاحظ شخصاً منزعجاً، تحاول عدم تجاهله وتبذل جهوداً لمساعدته وذلك عن طريق التعرف على السبب الذي أزعجه، فنراها تقوم بالكلام (ملاسنة) الرجل أملاً منها في التعرف على سبب انزعاجه ومن ثم مساعدته في التغلّب على تلك المشكلة. هذه هي طبيعة النساء التي يجب على الرجل فهمها، ولا يتصور ملاسنة المرأة له في حالة غضبه محاولة منها لزيادة غضبه أو زيادة حالة الانزعاج عنده.

أبداً فإن ذلك التصرف من قبل المرأة هو محاولة منها لإراحة الرجل، وطبعاً فإن هذا النوع من التصرف هو على طريقة المرأة الطبيعية الخاصة بها. تصرف مخالف لما يعتقده الرجل.

متى يفرض الرجل العقوبة:

ما يساعد الرجل على العيش بسعادة وهناء هو تفهم المرأة لمبدأ فرض العقوبة عند الرجل. فمبدأ فرض العقوبة هذا يعتبر أمراً محيراً بالنسبة للمرأة ويجعلها تشعر بعدم الإطمئنان خصوصاً إذا أرادت التعبير عن مشاعرها السلبية وغضبها.

لا شك فإن الحياة تصبح أجمل وأفضل لو أدرك الرجل أن مبدأ فرض العقوبة هو مبدأ ظالم وليس فيه أي عدل ويدمر العلاقة الزوجية وتوقف عن ذلك فوراً.

ولكن فكما نعلم فإن كل تغير يتطلب وقتاً، قد يطول أو يقصر، وما يطمئن المرأة هو أن الرجل مثلما يفرض العقوبة فإنه وتبعاً لتصرفها السليم معه

وموقفها العاقل الذكي يرفع تلك العقوبة عنها وبنفس السرعة التي فرضها عليها.

مسألة فرض العقوبة عند الرجل تشبه كثيراً شعور المرأة بالإستياء والغضب عندما تلاحظ نفسها وهي تبذل مجهوداً كبيراً، ويقابلها كسل وتقاعس وخمول من قبل الرجل، فالمرأة في هذه الحالة تقوم بطرح رصيد الرجل القليل النقاط من رصيدها العالي وبالتالي تعطيه (صفراً). هنا يجدر بالرجل أن يتفهم حالة المرأة النفسية المتدهورة ويحاول إخراجها منها وذلك ببذل المزيد من الحب والعطاء.

وكذلك فعندما يفرض الرجل العقوبة على المرأة فإن ذلك يعني أن الرجل بحالة نفسية متدهورة وعلى المرأة أن تتفهم ذلك وتحاول مساعدته في التغلب على ذلك الشعور وذلك بمزيد من الحب والمساندة والمؤازرة.

وعندما يحصل الرجل على ذلك فإنه يقوم بمنح المرأة نقاطاً عديدة ترفع من رصيدها ويصبح الرصيد متعادلاً فيما بينهما.

من خلال تفهمنا لإسلوب كل من الرجل والمرأة في احتساب النقاط يمكننا أن نقلل من مشاكلنا الكثيرة وبذلك تقوى علاقاتنا ونتمكن من قضاء وقتاً أفضل من السابق وتصبح حياتنا أمتع وتتغيّر ملامحها ويصبح لها طعماً أفضل من السابق.

أهم ما في الموضوع هو أنه علينا جميعاً رجالاً ونساء أن نتذكر دائماً تلك الفوارق والاختلافات الطبيعية بيننا، السايكولوجية وأسلوب التفكير. هذه هي سنّة الحياة ولا مفر من ذلك.

الفصل الحادي عشر

طلب المساعدة

كيفية طلب المساعدة.

يعتبر طلب المساعدة أمراً أساسياً في أية علاقة بين الرجل والمرأة وإذا لاحظ أياً منهما عدم حصوله/ حصولها على تلك المساعدة المرجوة فالسبب في ذلك يعود إما إلى عدم التوسع في السؤال أو اتباع الأسلوب الخاطىء في الطلب. المهم هنا هو طلب المساعدة، وكما يقال: «إذا أردت الحصول على شيء ما فعليك بالسؤال وطلب ذلك».

لا شك أن كلا الجنسين، الرجل والمرأة، يجدان صعوبة في طلب المساعدة، وهنا نود أن نذكر أن المرأة تجد صعوبة أكبر بكثير من الرجل في طلب المساعدة لذلك فإن الكلام في هذا الفصل سيكون معظمه موجه للمرأة. وبالطبع فإن قراءة الرجل لهذا الفصل ستزيد من تفهمه للمرأة وبالتالي تساعده كثيراً على التعامل الصحيح والمناسب معها والذي بطبيعته سيقود إلى التقليل من سوء الفهم والمشاكل.

وهناك أود أن أذكر حدثاً مهماً لن أنساه حصل قبل حوالي عشر سنوات. ذات يوم اتصل بي الأستاذ باري ماسودا وهو نائب رئيس المؤسسة التي كنت أعمل فيها وبنفس الوقت تربطني به وبعائلته علاقة قوية. اتصل بي ودعاني لتناول الطعام في منزله الواقع في ولاية بنسلفانيا وذلك بمناسبة عيد الايستر

«وهو عيد يحتفل فيه الغرب كل سنة، ونسيمه بالعربي عيد القيامة» وهذه المناسبة تحصل في شهر نيسان/ ابريل من كل عام.

في اليوم المحدد ذهبت إلى هناك وكان الأستاذ باري جالساً في غرفة الجلوس منشغلاً بقراءة الجريدة اليومية وإلى جانبه ابنه تايلور هيل البالغ من العمر سنتان. دخلت المنزل وسلّمت عليه وداعبت ابنه تايلور ومن ثم ذهبت إلى المطبخ لأسلم على زوجته روبن التي كانت منشغلة بطبخ الديك الرومي. وبعد السلام عليها رجعت إلى غرفة الجلوس للتحدث إلى الأستاذ باري ومداعبة تايلور هيل.

مضى على مكوثنا هناك حوالي ربع ساعة وبعد ذلك جاءت الزوجة روبن إلى غرفة الجلوس وقالت لزوجها بصوت هادىء وبأسلوب فيه حب: (هل يمكنك إخراج معدات البستنة من القبو ونقلها إلى الخارج، فكما تعلم فإن الوقت قد حان للاعتناء بحديقة المنزل الخارجية؟).

في تلك اللحظة كان الأستاذ باري شاخصاً بصره في جريدته اليومية ومنشغلاً بمناقشة أحد المواضيع التي تناولتها الصحيفة معي، وعندما سمع طلب زوجته ردّ عليها قائلاً: (طيب). رد عليها ولم يرفع عينيه من على الجريدة وبقي على وضعه الذي كان عليه في السابق، النظر إلى الجريدة ومناقشتي في ذلك الموضوع بقينا نحن في غرفة الجلوس نتحدث ونتناقش في المواضيع التي كنا نعبر عن وجهات نظرنا المختلفة حولها وبقيت الزوجة روبن في المطبخ تنتظر من زوجها الوفاء بوعده والقيام بما طلبت إليه، نقل المعدات إلى خارج المنزل. إلا أن ذلك لم يحصل وبعد حوالي نصف ساعة عادت الزوجة روبن إلى غرفة الجلوس ونظرت إلى زوجها وقالت بصوت يدل على عدم الرضا والاستياء: (ألم أطلب منك نقل المعدات إلى الخارج؟).

وهنا رد عليها زوجها بصوت يدل كذلك على الانزعاج والغضب: (قلت لك بأني سأقوم بذلك).

عندها سكتت الزوجة روبن وعادت إلى المطبخ بشكل يدل على عدم قناعتها وعدم رضاها على زوجها وتصرفه معها.

هل قام الزوج بتلبية طلب زوجته؟ هل قام بنقل المعدات إلى الخارج؟ هل اقتنع بضرورة نقل المعدات إلى الخارج؟ هل كانت لديه النية بنقل تلك المعدات إلى الخارج قبل أن تطلب منه الزوجة ذلك؟ كل هذه الأسئلة سنحاول التعرف عليها.

بعد أن ذهبت الزوجة روبن إلى المطبخ سألت الأستاذ باري حول مدى اقتناعه بضرورة نقل تلك المعدات إلى الخارج وتجهيزها للإعتناء بحديقة المنزل، فكان جوابه بالإيجاب وأكد أنه كان ينوي القيام بذلك قبل أن تسأله زوجته.

وهنا ظننت أن الأستاذ باري سيتحرك من كرسيه ويقوم بنقل تلك المعدات خصوصاً وإني كنت موجوداً ومستعداً لتقديم المساعدة، إلا أن ذلك لم يحصل وبقي جالساً في مكانه واستمر في قراءة الجريدة ومناقشة الموضوع معي.

بقيت على وضعي مترقباً لما سيحصل بعد قليل، فالزوجة مستاءة في المطبخ تنتظر من زوجها تلبية طلبها والقيام بنقل المعدات إلى الخارج، والزوج جالساً في مكانه ولا تبدو عليه أية علامات تدل على قيامه بذلك في المستقبل القريب.

بعد فترة عادت الزوجة روبن وهي غاضبة وقالت له: (ما الذي حصل؟ ألم أطلب منك نقل المعدات؟ هل قمت بذلك؟ هل عندك النية للقيام بذلك؟ متى ستتحرك من مكانك وتنقل تلك المعدات الثقيلة التي لا أستطيع حملها؟).

وهنا ترك الزوج باري الجريدة واعتدل في جلسته وبدى الشرر يتطاير من عينيه ورد عليها بصوت عال قائلاً: (لقد قلت لك بأني سأقوم بذلك، لم هذا الإلحاح؟ ولم هذه العجلة؟).

تصاعد الموقف بينهما وهنا وبكل براءة وحسن نية وعدم دراية بالاختلاف الكبير بين طبائع كلا الجنسين هببت للمساعدة وعرضت تقديم مساعدتي واستعدادي للقيام بتلك المهمة، إلا إن ما حصل لم يكن في الحسبان، رد عليّ كلاهما وبوقت واحد، ردّ علي كلاهما بالرفض. رفضت الزوجة روبن مساعدتي قائلة: (أنت ضيف ولا يجوز أن تقوم بأي عمل، من المفروض أن يقوم باري بذلك). أما الزوج فرد علي قائلاً: (اجلس واسترح ولا تترك مكانك، هذه إحدى منغصات العيش مع النساء فهن دائمات الطلب ولا يتوقفن عن ذلك، والمصيبة إنهن ينتظرن من الرجل سرعة التلبية غير منتبهات إلى ظروف الرجل ووضعه. إنها مصيبة ولكن لا عليك فبعد قليل ستهدأ وتعود إلى حالتها الطبيعية).

عزيزي القارىء، لا أريد أن أدخل في التفاصيل والتحاليل فبعد ما قرأناه وتعلمناه عن الفوارق الأساسية بين طبيعة الرجل والمرأة، وبعد أن نقرأ الفصول القادمة فإني على يقين من أنك وبدون أية مساعدة ستتعرف على الأخطاء المرتكبة في الحادثة السابقة وعلى الأسلوب الأمثل الواجب اتباعه في مثل هذه الحادثة.

سبب عدم سؤال المرأة:

من الأخطاء الكبيرة عند المرأة هي اعتقادها بعدم حاجتها للإفصاح عن حاجتها للمساعدة من قبل الرجل، تتوقع من الرجل أن يهب لتقديم المساعدة لها حال حاجتها لذلك وبدون أن تقوم هي بطلب تلك المساعدة والسبب في ذلك هو أن المرأة وبطبيعتها النسائية تشعر وتتوقع حاجة الآخرين للمساعدة وبناء على ذلك تقوم بتقديم المساعدة «أو تكون مستعدة للقيام بذلك» قبل أن يقوم الطرف الآخر بسؤالها المساعدة. هذه هي طبيعة المرأة.

وبما أن طبيعة الرجل تختلف عن طبيعة المرأة في هذا المجال إذ أن الرجل لا يتوقع أية مساعدة من شخص آخر إلا إذا قام بطلبها منه، فيحصل هنا

عند المرأة خلط في الموضوع وتعتقد خاطئة بأن طبيعة تفكير الرجل تشابه طبيعتها وأنه سيهب لتقديم المساعدة حالما تحتاجها وبدون سؤالها له. هذا هو الخلط والخطأ في الاعتقاد والذي يسبب مشاكل كثيرة بين الرجل والمرأة.

عندما تقع المرأة في غرام الرجل نراها وبالغريزة النسائية تقوم في البداية بتقديم حبها للرجل وهي في منتهى السعادة والابتهاج وبعد ذلك تبدأ بالبحث عن طرق وأساليب أخرى تتمكن من خلالها تقديم المزيد من الحب لذلك الرجل. وكلما زاد حبها وتعلقها بالرجل كلما زادت الرغبة عندها في المزيد من العطاء والحب.

مسألة تقديم المساعدة في عالم النساء تكون تلقائية وطبيعية، لذلك فليس هناك داع أو موجب لطلبها فهي تأتي من قبل الطرف الآخر في الوقت المناسب وبدون الاضطرار للسؤال. ومبدأ «تقديم المساعدة من غير طلب» هو أحد أساليب التعبير عن الحب والمشاعر الطيبة في عالم النساء، لذلك فإن أحد شعارات النساء في هذا العالم هو عدم «المطالبة» بالحب إطلاقاً، فتقديم الحب بدون مطالبة شيء طبيعي بين الناس.

وبما أن شعار المرأة هو عدم المطالبة بالحب، لذلك فهي تعتقد بأن الرجل الذي يحبها سيقدم لها العون والمساعدة من دون أن تطلب منه القيام بذلك. نعم فإن ذلك حسب تفكيرها أمراً طبيعياً ولا بد من حصوله. وقد تذهب المرأة إلى أبعد من ذلك، قد تلجأ المرأة إلى ما يسمى باختبار حب الرجل، فعندما تقدم المرأة على عمل ما، تبدأ ساعتها بمراقبة الرجل وتصرفاته. هل سيقدم لها المساعدة والعون من تلقاء نفسه؟ هل سيقوم بذلك قبل أن تسأله؟ أم أنه سينتظر إلى أن تطلب منه ذلك؟ وطبعاً فإن النتائج تعتمد على تصرف الرجل وقراره.

ولكي يجتاز الرجل هذا الاختبار فإن عليه دائماً أن يتوقع احتياج المرأة للمساعدة ومن ثم يقوم بتقديمها. عليه أن يفكر ويتصرف هكذا وإلا فإنه

سيرسب في ذلك الاختبار وستكون النتائج وخيمة ومؤلمة.

إسلوب المرأة في التعامل مع الرجل هذا لا يجدي ولا فائدة منه، فالرجل من عالم آخر يختلف عن عالمها، وفي عالم الرجال فإن المنطق يختلف. وببساطة يمكن أن نقول أن طبيعة الرجل تقول: (إذا كان هناك شخص ما في حاجة إلى مساعدة فعليه أن يطلب ذلك ولا يتوقع أن يقدمها أحد له بدون أن يطلبها) فالرجال وبغريزتهم لا يقدمون المساعدة إلا إذا طلبها أحد منهم.

هذه الخصلة عند الرجل كثير ما تحيّر المرأة وتربكها. هل تطلب المرأة المساعدة أم لا؟؛ إذا بقيت ساكتة ومنتظرة هل سيقوم الرجل بتقديمها أم لا؟ وإذا طلبتها وكان هناك خطأ في طريقة السؤال أو في التوقيت، فإن ذلك وبدون أي شك سيؤدي إلى خلق مشكلة جديدة. فما العمل؟ تبقى المرأة محتارة ولا تدري ما العمل.

في بداية العلاقة بين الرجل والمرأة إذا لم تحصل المرأة على ما تريد من الرجل فعندها تظن بأن الرجل قد قدم لها كل ما بإمكانه تقديمه وإن عدم حصولها على ما تريد ناتج عن عدم مقدرة الرجل على تحقيق ذلك لها. وبالرغم من عدم حصولها على ما تريد من الرجل فنراها تستمر في العطاء والتقديم أملاً منها بأن الرجل عاجلاً أم آجلاً ستزداد قدرته على التقديم والعطاء.

هذا من جانب المرأة أما من جانب الرجل فإنه في بداية العلاقة يقوم بالتقديم وتلبية طلبات المرأة، وإذا شعر بأنه قد أدى ما عليه فنراه يتوقف عند ذلك الحد، فحسب تفكيره فإن المرأة قد اكتفت واقتنعت بعطائه وإنها سعيدة. والدليل على ذلك هو استمرارها في العطاء ولا يظن أبداً ولو للحظة واحدة بأن المرأة تنتظر منه المزيد من العطاء والتقديم. فحسب تفكيره فإن المرأة لو كانت تحتاج إلى المزيد من عطائه فإنها ستطلب ذلك. والنقطة الثانية هي لو أن المرأة فعلاً غير مقتنعة بما قدم لها لتوقفت هي عن العطاء ولما استمرت فيه.

تذكر عزيزي الرجل أن عالم المرأة يختلف عن عالمك لذلك فإن المرأة لا

تتوقع منك المزيد من العطاء فحسب بل إنها تتوقع منك التقديم تلقائياً وبدون حاجتها للطلب. المشكلة هي أن الرجل وبطبيعته لا يقوم بتقديم المساعدة ما لم تطلب منه المرأة ذلك. هذه هي سنّة الحياة وهذه طريقة الرجل فيها، إذا أردت شيئاً ما فعليك بالسؤال.

تنتظر المرأة من الرجل أن يقوم بالمبادرة ويقدم، إلا أنه لا يفعل ذلك. تبقى المرأة تنتظر وتنتظر ويطول انتظارها وفي هذه الأثناء لا تتوقف المرأة عن التقديم. وبعد فترة من الانتظار الطويل تقوم المرأة بسؤال الرجل، وتكون المرأة وقتها قد قدمت الكثير للرجل وتولد لديها شعور الغضب وعدم الود تجاه الرجل. وعندما تقوم المرأة بالسؤال وهي في هذه الحالة النفسية تشعر بأن ما تقوم به أكثر من سؤال، تشعر وكأنها تطالب الرجل بالقيام بالعمل. وهذا الأسلوب لا تحبه المرأة بطبيعتها. عدد كبير من النساء ينتهجن منهج الابتعاد عن الرجل في حالة شعورهن عدم تقديم الرجل التلقائي، وبمعنى آخر لا يقوم الرجل بالمبادرة التلقائية بل ينتظر إلى أن تقوم المرأة بالطلب إليه.

وفي حالة عدم تقديم الرجل المساعدة التلقائية واضطرار المرأة إلى طلبها، فحتى في حالة موافقة الرجـل وتقديمه للمساعدة فإن المرأة لا تتقبل تلك المساعدة بنفس الطريقة لو أنه تطوع بتقديم تلك المساعدة. تشعر المرأة وقتها أن تلبية الرجل وتقديمه المساعدة كان نتيجة لطلبها ولم تكن مبادرة طيبة من جانبه.

الرجال وبطبيعتهم لا يتجاوبون إيجابياً مع إلحاح المرأة وكثرة طلباتها ومع زعل واستياء المرأة. فحتى لو أن الرجل كان مستعداً للتقديم إلا أنه يرفض التقديم عندما يشعر بأن المرأة كثيرة الطلبات أو إنها تطلب وهي في حالة نفسية مزرية (تطلب وعلى وجهها تكشيرة كبيرة). كثرة طلبات المرأة تثير الاشمئزاز في نفس الرجل وعليه فإن فرص المرأة التي تكثر من طلباتها تقل وتتضاءل. وفي بعض الأحيان يقلل الرجل بتقصد وتعمد من تقديمه وذلك لشعوره بكثرة طلبات المرأة.

مبدأ اعتقاد الرجل بأنه قدم ما فيه الكفاية والمبني على عدم طلب المرأة للمزيد من الرجل يثير الحيرة في نفس المرأة التي لا تعرف تلك القاعدة عند الرجل. وعلى الرغم من أن هذه المشكلة تبدو في ظاهرها عويصة ويصعب التغلب عليها، إلا أنه يمكن حلها والتغلب عليها وذلك إذا تذكرت المرأة إن عالم الرجال يختلف عن عالمها. وإذا تذكرت ذلك فيمكنها تعلم طرقاً جديدة تستطيع من خلالها الحصول على ما تريد.

طرقاً جديدة وذات فعالية:

هناك ثلاث طرق تستطيع المرأة اتباعها وبالتالي حصولها على ما تريد من الرجل بكل هدوء وسلام، وهذه الطرق حسب الترتيب هي: ممارسة طلب الأشياء التي حصلت عليها وذلك باتباع الأسلوب الصحيح. ممارسة طلب المزيد حتى لو علمت المرأة أن الرجل سيرفض طلبها. وأخيراً ممارسة الدفاع عن المطالبة. وهنا سنحاول شرح كل من هذه الطرق الثلاث بصورة مفصلة.

أولاً: اتباع الأسلوب الصحيح في طلب الأشياء التي حصلت عليها المرأة أصلاً:

الخطوة الأولى: في تعلم المرأة الحصول على المزيد من الرجل أثناء حياتهما الزوجية هي ممارسة طلب الأشياء التي حصلت عليها في السابق. على المرأة أن تحصي وتعلم تلك الأشياء التي يقدمها الرجل ويقوم بها عادة وبالذات تلك الأشياء البسيطة، مثل حمل الصناديق أو قيامه ببعض الإصلاحات داخل المنزل أو تنظيفه بعض الأماكن في المنزل أو أية أشياء يكون الرجل متعوداً على القيام بها بصورة تلقائية.

الجزء المهم في هذه المرحلة هو بداية طلب المرأة من الرجل القيام بالأمور البسيطة والتي يقوم بها الرجل أصلاً. وبعد أن يقوم الرجل بتلك الأعمال البسيطة تقوم المرأة من جانبها بإظهار تقديرها وإعجابها به وبعمله.

في هذه المرحلة على المرأة أن لا تتوقع قيام الرجل بعرض خدماته المجانية ومن المهم هنا أن لا تقوم المرأة بطلبات كثيرت. لا تطلب من الرجل

القيام بأكثر مما هو متعوّد عليه. على المرأة التركيز على طلب ما يقدمه الرجل أصلاً. عليها أن تفسح المجال للرجل لكي يتعود على سماع طلباتها بصورة مستمرة. وهنا نود أن نذكّر المرأة بضرورة عدم الإلحاح أو الطلب بصورة تبدو وكأنها أمراً لا بد للرجل من تنفذه. فإذا سمع الرجل طلبات المرأة بذلك الشكل فإنه وقتها يسمع بأن ما يقدمه للمرأة غير كاف بالنسبة لها وأن المرأة «تطالبه» بتقديم المزيد. وهذا الشعور يجعله يشعر بعدم حب وتقدير المرأة له، وعندها يلجأ الرجل إلى التقليل من العطاء ويستمر على ذلك المنوال حتى تتوقف المرأة عن مطالباتها تلك وتبدي إعجابها وتقديرها بما يقدمه لها.

قد يكون عدم عطاء الرجل ورفضه لمطالب المرأة ناتج عن الأسلوب الخاطىء الذي تتبعه المرأة أو قد يكون نتيجة لحدث ما لازمه منذ الصغر كأسلوب أمه أو أبوه معه. في هذه الحالة على المرأة أن تحاول مع الرجل بصورة علمية صحيحة كي ينقلب جواب الرجل من (لا) إلى (نعم).

فعندما يلاحظ الرجل بصورة تدريجية بأن ما يقدمه للمرأة شيء مهم وأن المرأة تقدّر وتحترم كل ما يقدمه لها وتشعر بالسعادة إزاء ذلك التقديم، عندها سيغيّر الرجل من أسلوبه ويبدأ بالتجاوب مع مطالب المرأة ما دام قادراً على تحقيقها. وبعد ذلك يبدأ الرجل وبصورة تلقائية عرض مساعدته للمرأة.

ومن البديهي أن لا تتوقع المرأة حدوث ذلك من البداية فالمسألة تتطلب بعض الوقت ولا يمكن أن تحدث بين عشية وضحاها. إلا أنها وبدون شك ستحصل. وهناك سبب خر يدفع المرأة إلى الطلب من الرجل بالقيام بالأمور التي تعوّد الرجل على تقديمها، فالمرأة تحتاج إلى أن تتأكد أن إسلوبها في الطلب إسلوباً صحيحاً ويمكن للرجل سماعه بوضوح ولا تكون عنده ردّة فعل معاكسة. تتأكد من أن الرجل سيستسيغ السماع ومن ثم يقوم بتلبية ذلك الطلب. على المرأة التأكد من صحة الأسلوب الذي تتبعه.

هناك خمسة أسرار حول كيفية طلب المرأة مساعدة الرجل بصورة سليمة،

وتجاهل هذه الأمور أو عدم الانتباه إليها وأخذها بعين الاعتبار قد يؤدي إلى إزعاج الرجل ودفعه إلى الرفض. والأسرار الخمسة هي:

١ ـ التوقيت المناسب:

على المرأة أن تحذر الطلب من الرجل القيام بعمل ما وهي تعلم بأن الرجل قد خطط وأعدّ نفسه مسبقاً للقيام بذلك العمل.

وعلى سبيل المثال، فإذا كان الرجل على وشك التخلص من النفايات (الزبالة) فالحريّ بالمرأة عدم طلبها من الرجل القيام بذلك. لقد قرر الرجل القيام بذلك من تلقاء نفسه أما إذا طلبت المرأة منه القيام بذلك فإنه سيشعر وقتها بأن المرأة تخبره بما يجب عليه القيام به وقد تتولد لديه ردة فعل معاكسة ويرفض. التوقيت عنصر مهم جداً في الطلب. وكذلك فإذا كان الرجل مشغولاً بشيء ما فلا تتوقع المرأة سرعة تلبية الرجل لطلبها.

٢ ـ عدم المطالبة:

تذكري عزيزتي المرأة أن الطلب يختلف عن المطالبة، فإذا اتبعت المرأة إسلوب المطالبة والإلحاح فإن ما يشعر به الرجل هو عدم تقدير المرأة له ولما يقدمه لها وكذلك لما قدمه لها في السابق. وهنا يرفض الرجل حتى لو كان إسلوب المرأة عذباً وودياً، المهم هنا اختيار الأسلوب الصحيح والألفاظ المناسبة.

٣ ـ الإيجاز في الطلب:

عند طلب المرأة من الرجل القيام بعمل ما فعليها الابتعاد عن تقديم لائحة طويلة وعريضة مليئة بالأسباب تحاول من خلالها إفهام وإقناع الرجل بضرورة تقديمه للمساعدة. هذا الأسلوب خاطىء ولا يجدي وله مردودات سلبية وتأكدي عزيزتي المرأة أنه كلما طالت تلك اللائحة كلما زاد عناد الرجل وزادت مقاومته لذلك الموضوع إذ أن كثرة الأسباب التي تقدمينها لإقناعه على المساعدة تجعل الرجل يشعر وكأنك غير واثقة من مساعدته لك. يشعر الرجل

وقتها بتحايلك ومحاولتك إجباره على تقديم المساعدة بدلاً من إعطائه الحرية في تقرير ذلك.

على المرأة أن تفرض أنه ليس عليها إقناع الرجل تقديم المساعدة وأنه يمكن أن يقدمها لأي سبب وجيه. فالمرأة وهي في حالة الغضب لا تريد سماع قائمة طويلة من الأسباب والتعاليل يحاول الرجل من خلالها إقناعها بعدم حاجتها للغضب، فكذلك الحال مع الرجل فهو لا يرغب بسماع قائمة طويلة من الأسباب والتعاليل تحاول المرأة من خلالها إقناعه القيام بعمل ما.

الخطأ الشائع عند المرأة هو ذكرها أسباباً عديدة تحاول من خلالها تبرير احتياجاتها، فالمرأة تعتقد أن ذلك الأسلوب سيساعد الرجل على إدراك أحقيتها في الطلب ومن ثم تشجيعه على العطاء. إلا أن الحقيقة غير ذلك فما يسمعه الرجل في مثل هذه الحالة هو (هذا هو السبب الذي يجبرك على القيام بذلك العمل). وكما ذكرنا فإن كثرة الأسباب التي تذكرها المرأة تزيد من عناد الرجل وتدفعه للرفض.

السؤال هنا هو: هل إن ذلك يعني عدم ذكر المرأة أي سبب في كل الحالات؟. الجواب هو: يمكن للمرأة ذكر سبب واحد أو أكثر إذا حاول الرجل الاستفسار عن السبب. وهنا على المرأة الالتزام بالإيجاز وعدم الإطالة. على المرأة أن تعوّد نفسها على الثقة بالرجل وعلى حبه لها واستعداده للقيام بما هو مطلوب منه وذلك عند مقدرته.

٤ ـ المباشرة:

كثيراً ما يكون لعدم المباشرة في الكلام أثراً سلبياً بالغاً على العلاقة بين الرجل والمرأة، وقد تحدث نتيجة لذلك مشاكل كبيرة تؤدي بالتالي إلى عواقب وخيمة.

فقد يفضّل البعض عدم الإفصاح الكلي عن مغزى كلامهم وذلك لأن ما يحاولون التعبير عنه يعتبر أمراً مهماً جداً بالنسبة لهم وكذلك فهم يحاولون

مراعاة شعور الآخرين ومدى تأثير كلامهم عليهم. ومع كل ذلك وحتى عند توافر النوايا الحسنة فعند اتباع أسلوب اللامباشرة فإننا نرى نتائجاً عكسية ويكون لها تأثيراً سلبياً على الاثنين.

لننظر إلى ما حصل بين الزوج رياض وبين زوجته سكينة، فذات يوم وبينما كان رياض جالساً في غرفة الجلوس منشغلاً بقراءة أحد الكتب حاولت الزوجة سكينة إيجاد شيء ما تستطيع من خلاله الترفيه عن زوجها، فسألت زوجها: (ما رأيك أن نتغدى اليوم فاصوليا يابسة؟) وهنا فهم الزوج رياض أن زوجته ترغب بتلك الأكلة، وبما أنه زوجاً مخلصاً وطيباً ويسعى دائماً إلى إسعاد زوجته، رد عليها قائلاً: (طيب على ما أعتقد).

جواب رياض لم يكن مقنعاً بالنسبة للزوجة سكينة فجوابه كان دليلاً على عدم قناعته الكلية بالموضوع وإن استعداده الذي أبداه لنوع الطعام ما هو إلا عبارة عن مجاراة لها ولما ترغب فيه. قامت سكينة بطرح السؤال ثانيةً قائلة: (هل حقيقي أنك ترغب في الفاصوليا؟) وهنا انزعج الزوج رياض وذلك ظناً منه أن زوجته تحاول تغيير رأيها في موضوع الأكل بينما في الحقيقة فإن الزوجة كانت تحاول التعرف على حقيقة ما يود زوجها أكله ذلك اليوم وكانت مستعدة تماماً لتلبية رغباته.

انزعج الزوج كثيراً وذلك لتذبذب زوجته وعدم ثباتها على رأي واحد وعندها انفجر وقال: (لِمَ لا تستقري على رأي واحد؟! لِمَ لا تفكري أولاً وتخبريني بما تريدين بعد ذلك؟ إنك دائماً تفعلين ذلك، هل إنك تنوين إرسالي إلى مستشفى الأمراض العقلية؟).

حسن النية والحب متوفر لدى الطرفين ولكن النتائج كانت مأساوية.

بعض الأحيان وأثناء كلام المرأة حول بعض الأمور تعتقد بأنها قد طلبت من الرجل المساعدة بينما في الحقيقة فهي لم تقم بذلك. فعندما تكون المرأة في حاجة إلى مساعدة الرجل فقد تتحدث إلى الرجل حول ذلك وتذكر المشكلة

وتوضحها ولا تقوم بطلب المساعدة بصورة مباشرة من الرجل والسبب هو توقعها فهم الرجل لقصدها وقيامه بعد ذلك بتقديم المساعدة.

اللامباشرة وهي تعبير غير مباشر للطلب ولكنها لا تفصح عنه بصورة مباشرة، اللامباشرة في الطلب تجعل الرجل يشعر بأن واجبه القيام بذلك وليس له حق الاختيار وإذا قام بذلك العمل فإنه حسب تفكير المرأة يعتبر تحصيل حاصل ولذلك فإن جهوده ستذهب بدون أي تقدير أو ملاحظة من قبل المرأة.

انتهاج المرأة لإسلوب اللامباشرة في الطلب قد يكون مقبولاً في بعض المواقف ولكن إذا تكرر ذلك من قبل المرأة فإنه سيولد عند الرجل شعور المقاومة ورفضه تقديم المساعدة. وهذا الشعور يتزايد عند الرجل ويصل إلى درجة لا يعلم الرجل عندها سبب تلك المقاومة. نورد أدناه بعض الأمثلة من الطلبات اللامباشرة ونوضح ما يسمعه الرجل:

أ ـ المباشرة: (هلا جلبت الأولاد من المدرسة؟)

ب ـ اللامباشرة: (حان الوقت لجلب الأولاد من المدرسة وأنا لا أستطيع القيام بذلك).

ج ـ ما يسمعه الرجل: (إذا كان بإمكانك جلب الأولاد من المدرسة فعليك القيام بذلك وإلا فإني سأشعر بعدم مساعدتك لي وإن ذلك يزعجني).

أ ـ المباشرة: (هلا جلبت الخضار من السيارة؟)

ب ـ اللامباشرة: (الخضار في السيارة).

ج ـ ما يسمعه الرجل: (واجبك جلب الخضار إلى الداخل، أنا الذي قام بالتسوق وعليك القيام بجلبها إلى الداخل).

أ ـ المباشرة: (هلا أفرغت سلة المهملات؟)

ب ـ اللامباشرة: (سلة المهملات مملوءة ولا أستطيع وضع أي شيء آخر فيها).

ج ـ ما يسمعه الرجل: (أنت الذي لم يقم بإفراغ سلة المهملات ولا يجدر بك الانتظار أكثر من ذلك. قم الآن بإفراغها).

أ ـ المباشرة: (هلا نظفت حديقة المنزل؟)

ب ـ اللامباشرة: (الحديقة غير نظيفة).

ج ـ ما يسمعه الرجل: (أنت الذي أهمل الحديقة ولم تقم بتنظيفها. عليك أن تتحمل المسؤولية وليس من واجبي أن أذكّرك بذلك).

أ ـ المباشرة: (هلا أغلقت نوافذ المنزل؟)

ب ـ اللامباشرة: (نوافذ المنزل لا زالت مفتوحة).

ج ـ ما يسمعه الرجل: (لقد نسيت أن تغلق نوافذ المنزل. عليك أن تتذكر ذلك وأن لا تنسى).

أ ـ المباشرة: (هلا تناولنا طعام العشاء في المطعم هذه الليلة؟)

ب ـ اللامباشرة: (ليس لدي الوقت لإعداد الطعام هذه الليلة).

ج ـ ما يسمعه الرجل: (لقد بذلت مجهوداً كبيراً أثناء النهار وأقلّ ما يمكنك أن تفعله هو أخذنا إلى المطعم هذه الليلة).

أ ـ المباشرة: (هلا خرجنا معاً هذا الأسبوع؟)

ب ـ اللامباشرة: (لم نخرج معاً منذ عدة أسابيع).

ج ـ ما يسمعه الرجل: (لقد أهملتني ولم أعد أحصل على ما أريد وأحتاج. عليك أن تنتبه إلى ذلك وتأخذني للتنزه في الخارج أكثر وأكثر).

أ ـ المباشرة: (هلا منحتني بعضاً من وقتك للتحدث معاً؟)

ب ـ اللامباشرة: (نحتاج إلى وقت للتحدث معاً).

ج ـ ما يسمعه الرجل: (إنها غلطتك إذ أننا لم نعد نتحدث بما فيه الكفاية. عليك أن تقوم بذلك أكثر من السابق).

٥ ـ اختيار الألفاظ الصحيحة:

الكلام الذي نقوله إلى بعضنا البعض هو الذي يخلق الأجواء من حولنا،

كلامنا مع أفراد الأسرة، مع الجيران، مع زملائنا في العمل، أو أي مكان نذهب إليه. فالجو والحالة النفسية تتكوّن نتيجة لكلامنا وتراكماته اليومية وعندها نحس إما بالسعادة أو بالتعاسة. تلعب الألفاظ المستعملة في طلب المساعدة وفي مجال الحياة بصورة عامة دوراً مهماً. وكما يقال: (ما نقوله مهم ولكن الأهم كيفية قولنا ذلك) لذلك من المهم جداً سواء بالنسبة للرجل أو بالنسبة للمرأة اختيار الألفاظ الصحيحة والمناسبة التي يتقبلها الطرف الآخر. وهنا نذكر رواية الأعرابي الذي رأى في المنام تساقط كل أسنانه.

في صباح اليوم التالي ذهب إلى أحد العارفين بتعبير الأحلام وسأله عن معنى ذلك المنام، فكان الجواب: هو أن ذلك المنام دليل شؤم ومصائب إذ أن كل أفراد أسرته سيموتون. هذا الجواب كان له أسوأ الوقع في نفس الأعرابي وما أصابه هو الغم والهم والحزن. وبعد عدة أيام ذهب نفس الأعرابي إلى عالم إسلامي كبير - وأظنه «عبدالله بن عباس رضي الله عنهما» - وروى له نفس المنام وطلب منه تفسيره. فكان الجواب: هو أن الرؤيا دليل خير وبركة وإنها توضح أن ذلك الأعرابي سيعمر طويلاً وسيكون آخر من يموت في تلك الأسرة، والله أعلم.

تصور عزيزي القارىء حالة الأعرابي عند سماعه تلك الإجابة، الإجابة واحدة في المعنى وكل ما اختلف هنا هو الألفاظ المستعملة.

الألفاظ الصحيحة تلعب دوراً مهماً جداً في الحياة وفي علاقاتنا مع الآخرين لذلك علينا أن نكون في منتهى الحذر في اختيارنا لتلك الألفاظ ولما نقول.

تتردد كثير من النساء في طلب المساعدة من الرجل وذلك إما لامتعاض الرجل أو رفضه وثورته، أو موافقة الرجل الشفوية فقط والتي لا تؤدي إلى أية نتائج عملية. ردود فعل الرجل هذه (الامتعاض أو الرفض والثورة أو الموافقة الشفوية فقط) غالباً ما تكون نتيجة للألفاظ التي اختارتها المرأة وصاغت فيها

طلبها وليست نتيجة لطلب المساعدة ذاته. فردّ الرجل السلبي هو في الحقيقة إحتجاج الرجل على طريقة السؤال وكأنه يقول: (أنا لا أحب طريقة سؤالك)، وليس رفضه القيام بتقديم المساعدة.

هذا النوع من الرد يحير النساء كثيراً وخصوصاً اللاتي لا علم لهن بقوة تأثير الألفاظ على مسامع الرجل ونفسيته.

وإذا استمر الحال على ما هو عليه فإن المرأة في المستقبل ستتردد كثيراً في طلب المساعدة من الرجل، ولكن الحياة مليئة بالمشاكل اليومية ويتحتم علينا طلب مساعدة الآخرين. فما تفعله المرأة في المرة القادمة هو اتباع أسلوباً أكثر وداً وأدباً من المرة السابقة أملاً في الحصول على نتائج أفضل من المرة السابقة، إلا أن النتيجة لا تتغير ويبقى الرجل على نفس موقفه القديم. وطبعاً فإن المرأة تتألم لذلك وقد تحدث مشاكل. السؤال الذي يطرح نفسه هو (ما هو العلاج الناجع؟) اللغز هنا هو الألفاظ المستعملة.

عندما تطلب المرأة المساعدة من الرجل وتقول: (هل يمكنك إفراغ سلة المهملات؟). فجواب الرجل غالباً ما يكون الرفض. وسواء طلبت المرأة ذلك من الرجل وهي واقفة أم جالسة، مبتسمة أم عابسة، في الصباح أو في المساء فإن النتيجة واحدة لن تتغير، الرفض.

لو نظرنا إلى الألفاظ المستعملة في طلب المرأة (هل يمكنك) فمن وجهة نظر الرجل وفي عالمه الخاص فإن ذلك السؤال فيه إهانة له (هل يمكنك إفراغ سلة المهملات؟) بالطبع يمكنه عمل ذلك، فعملية إفراغ سلة المهملات سهلة جداً ويمكنه ببساطة القيام بها والسؤال بحد ذاته يعتبر من البداية سخيفاً ومهيناً. وهنا تتحول المسألة وتأخذ قالباً جديداً فلم تعد (هل إنه سيقوم بذلك أم لا، ستتحول وتصبح هل بإمكانه القيام بذلك أم لا) وبما أن ذلك أمراً مهيناً فمن المحتمل جداً أن يكون جواب الرجل الرفض.

طريقة السؤال التي يود الرجل سماعها:

تستغرب المرأة وتندهش عندما تسمع عن التأثير الفعال والفرق الكبير الذي تحدثه الألفاظ المستعملة في نفسية وردة فعل الرجل، فلا ترى المرأة فرقاً كبيراً بين قولها (هلا أفرغت سلة المهملات؟) أو (هل يمكنك إفراغ سلة المهملات؟) فالموضوع بجملته عبارة عن طلب إفراغ سلة المهملات وليس أكثر.

أما بالنسبة للرجل فإن هذا الموضوع يعتبر حساساً جداً ومؤثراً ويولد عنده ردة فعل نفسية ومن ثم يظهر تأثيرها على نوعية إجابته.

نورد أدناه إجابات بعض الرجال المدهشة خلال إحدى التجارب التي تمت في أحد المعاهد العلمية والتي يعبرون من خلالها عن ردود أفعالهم المختلفة تجاه استعمال زوجاتهم للسؤال بصيغة (هل يمكنك) وكذلك (هلا).

١ ـ عندما تسألني زوجتي: (هل يمكنك تنظيف الحديقة؟) أحمل السؤال على محمله اللغوي وأقول في داخلي: (نعم، أستطيع القيام بذلك فهو أمر سهل) إلا أني لا أجيبها (نعم سأفعل ذلك، فبالتأكيد لا يعجبني القيام بذلك). ولكن عندما أسمع زوجتي تقول (هلا نظفت الحديقة) في تلك اللحظة أبدأ باتخاذ القرار المناسب. وبما أني فعلاً أحب زوجتي وأرغب في تقديم المساعدة فجوابي غالباً ما يكون (نعم). وإذا قلت نعم فإن فرص تذكري للقيام بذلك كبيرة وسأقوم بتنظيف الحديقة.

٢ ـ عندما تقول زوجتي: (أنا بحاجة للمساعدة، هل يمكنك تقديمها؟) أشعر بانتقاد زوجتي لي. أشعر وكأني قد خيبت ظنها في الماضي لا أشعر وقتها بأن تلك فرصة لي كي أثبت لها إني زوج صالح يخاف على زوجته ويحاول إسعادها. ولكن عندما أسمع زوجتي تقول: (هلا قمت بذلك رجاءً؟) أشعر وقتها بأنها تحتاج إلى المساعدة وإنها تطلب مني ذلك وإن ذلك يعني فرصة لي للتعبير عن شعوري وحبي لها وعندها فإن جوابي يكون الموافقة.

٣ ـ عندما تقول زوجتي: (هل يمكنك تغيير ملابس إبننا أحمد؟). أقول في داخلي: (طبعاً يمكنني فأنا قادر على ذلك ومسألة تغيير ملابس طفل صغير أم يسير) وعندها أشعر بعدم الرغبة بالقيام بذلك. ولكن لو سمعتها تقول: (هلا غيرت ملابس أحمد رجاءً؟) عندها سأقول (نعم) وسأقوم بتنفيذ ذلك. سأشعر وقتها بالرغبة في المشاركة ويسرني كثيراً المساعدة في تربية وتنشئة ابننا أحمد، أنا أرغب في تقديم المساعدة.

٤ ـ عندما تسألني زوجتي: (هلا ساعدتني رجاءً؟) أشعر بأن هناك فرصة متاحة لي لتقديم المساعدة وأنا حقيقة أرغب في مساعدة زوجتي. ولكن عندما أسمعها تقول: (هل يمكنك مساعدتي؟) أشعر وكأني محصور في زاوية وليس لدي أي خيار. وحتى لو قمت بتقديم المساعدة فلن أشعر بأي تقدير من جانبها لذلك العمل.

٥ ـ أنا أرفض (هل يمكنك) أشعر وكأنه ليس أمامي أي خيار وإن عليّ الموافقة، وإذا رفضت فإن ذلك سيزعجها ويسبب زعلاً وخصاماً بيننا. لا أعتبر (هل يمكنك) طلباً إنها مطالبة.

٦ ـ أشغل نفسي دائماً بالعمل أو أتظاهر بأني مشغول وذلك لأتجنب طلب زميلتي في العمل المساعدة وقولها: (هل يمكنك؟) عند سماعي (هلا) أشعر بأن لي حق الخيار وعندها أقرر تقديم المساعدة.

٧ ـ في الأسبوع الماضي طلبت مني زوجتي غرس بعض الزهور في الحديقة وقالت: (هل يمكنك غرسها غداً؟) وبدون أي تردد وافقت على القيام بذلك وقلت نعم. وبعد عودتها من العمل في اليوم التالي سألتني إن كنت غرست الزهور، فكان جوابي (لا) عندها قالت: (هل يمكنك القيام بذلك غداً؟) ومرة ثانية وبدون أي تردد قلت نعم، والنتيجة هي عدم قيامي بذلك ولا تزال الزهور غير مغروسة. أعتقد لو أنها قالت (هلا غرست الزهور) عندها سأفكر بموضوع الغرس، وإذا قلت نعم فإن ذلك يعني وبدون أي

شك أني سأقوم بغرسها.

٨ ـ عندما أقول: (نعم أستطيع فعل ذلك) فإني لا أعاهد على القيام بذلك. كل ما أقوله هو أني أستطيع القيام بذلك وليس هناك أي وعد مني للقيام بذلك. وإذا غضبت زوجتي لعدم قيامي بذلك العمل فإني أشعر بعدم أحقيتها في ذلك الغضب. ولكن عندما أقول: (سأقوم بذلك) وتغضب زوجتي بسبب عدم قيامي بالعمل عندها أشعر بأن لها الحق في ذلك الغضب.

٩ ـ نشأت في عائلة مكونة من أب وأم وابن واحد وخمس بنات، كنت دائماً محاط بخمس أخوات، أما الآن فإني متزوج وعندي ثلاث بنات. عندما تقول زوجتي: (هل يمكنك إفراغ سلة المهملات؟) يكون جوابي عندها الصمت. وعندما تسألني عن صمتي هذا، أفكر قليلاً ولا أجد سبباً واضحاً الآن أعرف السبب، أشعر بسيطرتها عليّ وذلك من خلال عبارتها (هل يمكنك) وأن لا حول ولا قوة لي. أعتقد أو أنها قالت (هلا...) عندها سيكون لي حق الخيار في الإجابة.

١٠ ـ عندما أسمع (هل يمكنك) فإني أقول (نعم) فوراً. وبعد حوالي عشرة دقائق يتبين لي السبب الذي يدفعني إلى عدم قيامي ومن ثم تجاهلي لذلك العمل الذي طلبته مني زوجتي. ولكن عندما أسمع (هلا) فإن كلمة (نعم) لا تخرج من فمي فقط بل إنها تخرج من فمي ومن كل أعماقي. وبعد ذلك فحتى لو كان لدي بعض الاعتراضات على ما تطلبه مني زوجتي، إلا إني أقوم بذلك العمل لإسعادها والتزامي بكلمتي ووعدي.

١١ ـ سأقول (نعم) لسؤالها (هل يمكنك) إلا إني داخلياً أشعر بالاشمئزاز، أشعر وقتها لو إني رفضت القيام بذلك فإنها ستغضب، أشعر وكأنها تحاول التلاعب بأعصابي، ولكن عندما تقول (هلا) أشعر بأن لي الحرية

في الموافقة أو الرفض. أشعر أن لي حق الاختيار في الإجابة عندها أقول (نعم) بصدق ورغبة.

١٢ ـ عندما تسألني المرأة (هلا قمت بكذا؟) أشعر بأن قيامي بذلك العمل سيكون له تأثير إيجابي عليها وبذلك سأسجل نقطة لصالحي. أشعر بأن المرأة ستقدر عملي وذلك ما يجعلني أشعر بالسعادة.

١٣ ـ عندما أسمع (هلا) أشعر وكأن زوجتي تثق بي وبإمكانياتي، ولكن عندما أسمع (هل يمكنك) أشعر وكأن هناك سؤالين وليس سؤال واحد. فهي تسألني إن كنت أستطيع القيام بذلك العمل كإفراغ سلة المهملات؟ بينما الإجابة على ذلك واضحة، نعم أستطيع إفراغ سلة المهملات. وخلف ذلك السؤال (طلب). ومن الواضح فإن زوجتي ليس لديها الثقة الكافية بي وبقدراتي لذلك فهي لا توجه طلبها بصورة مباشرة.

١٤ ـ عندما تسألني المرأة (هلا...) أشعر برقة المرأة وعاطفتها وذلك يؤثر تأثيراً إيجابياً على جوابي على طلبها واحتياجها والذي بالتأكيد لا أريد رفضها. ولكن عندما تقول (هل يمكنك) يتولد لدي شعور الميول إلى الرفض وأنا على يقين أن هذا الرفض لا يعني رفضها هي، بكل بساطة فإن رفضي هذا هو جواباً على سؤالها (هل يمكنك) ولذلك لا أعتقد بأنها ستأخذ الموضوع بشكل شخصي ولا تتأثر، سألتني عن طاقتي وإمكانياتي وأجبتها على ذلك.

١٥ ـ بالنسبة لي (هلا) تجعل الموضوع شخصياً وأنا بطبيعتي أحب أن أعطي وأساعد. (هل يمكنك) أن تجعل الموضوع عاماً وغير شخصياً وعندها أقوم بتلبية الطلب إذا كان ذلك في استطاعتي ويسهل عليّ تنفيذه أو إذا لم يكن لدي شيء آخر أفعله.

١٦ ـ عندما تقول المرأة (هل يمكنك مساعدتي) أشعر بنبرة استياء في صوتها ونتيجة لذلك فإني أقاوم وأرفض. ولكن عندما تقول (هلا ساعدتني) فلا

أشعر بأي استياء في صوتها حتى لو كان هناك بعض الإستياء فعلاً، عندها تتولد لدي الرغبة في الموافقة.

١٧ ـ عندما تقول المرأة (هل يمكنك عمل كذا) تتولد لدي رغبة صادقة وأقول (أفضل أن لا أفعل ذلك). جانب الكسل الموجود في داخلي يرتفع ويطفو، ولكن عندما أسمعها تقول (هلا رجاءً) عندها تتولد عندي حاسية الإبداع وأبدأ بالتفكير في إيجاد أفضل الطرق للقيام بذلك.

تصور عزيزي القارىء أن شاباً وبعد بحث طويل تعرف على إحدى الفتيات، وبمرور الوقت قويت تلك العلاقة وشعر الطرفان بأنهما مناسبان للبعض وأن هناك أموراً عديدة في الحياة يتفقان عليها وإن طريقة تفكيرهما تكاد تكون متطابقة وآراؤهما مشتركة.

بعد دراسة عميقة وتخطيط مستقبلي قرر الشاب أن يعرض فكرة الزواج على الفتاة ويطلب الزواج منها مباشرة.

ذات يوم وفي إحدى النزهات جهز صاحبنا نفسه لتلك اللحظة، اللحظة التي وضع عليها آمالاً كبيرة وخطط لسنوات الحياة المقبلة، وأثناء جلوسهما في أحد المطاعم الفخمة حيث كانت الفرصة مؤاتية والجو شاعرياً تماماً، تقرّب الشاب وهمس في أذنها (هل يمكنك أن تتزوجيني؟).

يا إلهي، تصور عزيزي القارىء ما الذي سيتبادر إلى ذهن الفتاة وما ستكون ردّة فعلها لذلك السؤال (هل يمكنك؟).

ستتلاشى طبعاً كل تلك الشاعرية المحيطة بها وتتغير حالتها النفسية وتتحطم معنوياتها وتتغير كذلك نظرتها لصاحبنا.

استعمال (هل يمكنك) هنا تظهر الشاب وكأنه ضعيف وغير جدير بأي احترام، ولا يبدو الشاب في تلك اللحظة ضعيفاً فقط بل يظهر على أنه لا يشعر بالأمان وليست لديه معنوية عالية وشخصيته مهزوزة.

ولكن لو أنه قال (هل توافقين على الزواج مني) عندها ستبدو على الشاب علامات القوة والتمكن والثقة العالية بالنفس.

وعلى نفس النهج فإن الرجل أيضاً يود أن تقوم المرأة بانتقاء الكلمات المناسبة واختيار الأسلوب الأمثل عندما تريد أن تطلب منه القيام بعمل ما. فعندما تقول المرأة (هل يمكنك إفراغ سلة المهملات) فما يفهمه الرجل وما يستوعبه آنذاك هو (إذا كان بإمكانك ولديك القدرة على إفراغ سلة المهملات فعليك إذاً القيام بذلك). فما قالته المرأة هو عبارة عن سؤالها فيما إذا كان باستطاعة الرجل القيام بذلك العمل أم عدم قدرته، وإن كان ذلك بمقدوره فإنه يتوجب عليه إذاً القيام بذلك العمل.

هذا هو ما يسمعه الرجل ولا يسمع أبداً أي طلب أو رجاء من قبل المرأة. وعليه فإنه يشعر حتى لو أنه قام بذلك العمل فإن المرأة لن تقدّر جهوده المبذولة، وهنا يميل الرجل إلى الرفض تلقائياً.

أخطاء شائعة في إسلوب الطلب:

من الأمور الصعبة جداً في مسألة تعلم الأسلوب الصحيح في الطلب هو تذكّر كيفية عمل ذلك. حاولي عزيزتي المرأة استعمال (هلا أو أية كلمة مشابهة في اللهجة العامية) أينما أمكن ذلك. سيحتاج هذا الأمر إلى الكثير من الممارسة، استمري على ذلك إذ أن الغاية هنا هو تحقيق الهدف المطلوب، وبالاستمرار سيحصل المقصود ولكن بدون هذه الممارسة لا يمكن أبداً تحقيق ذلك.

تذكري عزيزتي المرأة إذا أردت أن تطلبي شيئاً من الرجل فعليك:

١ ـ أن يكون كلامك مباشراً.

٢ ـ الاختصار.

٣ ـ استعمال (هلا أو أية كلمة عامية مشابهة وتؤدي نفس الغرض) بدلاً من (هل يمكنك).

وهنا نورد بعض الأمثلة على ذلك والتي نوضح من خلالها الأسلوب الصحيح والأسلوب الخاطىء. وطبعاً لك حق الاختيار.

الأسلوب الصحيح:

١ - فلا أفرغت سلة المهملات؟

٢ - هلا ساعدتني في تحريك هذه الطاولة؟

٣ - هلا نقلت هذا القميص ووضعته في خزانة الملابس؟

٤ - هلا جلبت الخضار من السيارة؟

٥ - عند عودتك من الخارج هلا جلبت معك قنينة حليب؟

٦ - هلا جلبت أحمد من المدرسة؟

٧ - هلا أخذت الكلب إلى الطبيب البيطري؟

٨ - هلا أخذتنا لتناول طعام العشاء في أحد المطاعم هذه الليلة؟

٩ - هلا ساعدتني في رفع الستارة؟

١٠ - هلا أوقدت المدفأة هذه الليلة؟

١١ - هلا ذهبنا إلى دار السينما هذا الأسبوع؟

١٢ - هلا جلسنا الآن أو أي وقت هذا المساء لمناقشة مشاكلنا؟

الأسلوب الخاطىء:

١ - هناك فوضى في المطبخ وتفوح منه رائحة كريهة. كذلك لا يمكنني وضع أي شيء آخر في سلة المهملات وتحتاج إلى الإفراغ. هل يمكنك القيام بذلك؟ (الكلام فيه إطالة واستعمال هل يمكنك).

٢ - لا يمكنني تحريك هذه الطاولة بمفردي أحتاج إلى نقلها إلى الزاوية الأخرى. هل يمكنك مساعدتي في ذلك؟ (إطالة واستعمال هل يمكنك).

٣ ـ لا يمكنني القيام بكل الأعمال بمفردي (وعيناها شاخصتان نحو القميص). (الكلام فيه عدم مباشرة).

٤ ـ هناك أربعة أكياس من الخضروات في السيارة وأنا أحتاج إليها لكي أقوم بإعداد الطعام. هل يمكنك جلبها؟ (الكلام فيه إطالة وعدم مباشرة وكذلك استعمال هل يمكنك).

٥ ـ عندما تخرج ستمر من قرب السوبر ماركت، يحتاج إبننا أحمد إلى قنينة حليب وأنا لا أتمكن من الخروج ثانية إذ أني متعبة جداً فقد كان يومي في العمل مرهقاً. هل يمكنك جلب قنينة الحليب عند عودتك؟ (إطالة وعدم مباشرة واستعمال كلمة هل يمكنك).

٦ ـ يحتاج أحمد إلى من يجلبه من المدرسة وليس بمقدوري القيام بذلك. هل يمكنك جلبه من المدرسة؟ (إطالة وعدم مباشرة واستعمال هل يمكنك).

٧ ـ يبدو أن الكلب مريض ويحتاج إلى العلاج، هل تود أخذه إلى الطبيب البيطري؟ (عدم مباشرة في السؤال).

٨ ـ إني فعلاً متعبة جداً هذه الليلة وليس بمقدوري إعداد طعام العشاء لم نتناول العشاء في المطعم منذ فترة طويلة. هل يمكنك أخذنا إلى أحد المطاعم لتناول عشاءنا فيه؟ (إطالة وعدم مباشرة واستعمال هل يمكنك).

٩ ـ أحتاج إلى مساعدتك. هل يمكنك مساعدتي في رفع الستارة؟ (عدم مباشرة واستعمال هل يمكنك).

١٠ ـ الجو حقاً بارد جداً. هل يمكنك إيقاد المدفأة هذه الليلة. (عدم مباشرة واستعمال هل يمكنك).

١١ ـ هل تريد الذهاب إلى دار السينما هذا الأسبوع؟ (عدم مباشرة).

١٢ ـ لا أدري ما الذي يجري بيننا. لم نتكلم بهذا الخصوص منذ فترة وإني أريد أن أعرف ما الذي تقوم به؟ (طالة وعدم مباشرة).

عزيزتي المرأة، بعد كل ما تطرقنا إليه من شروح وأمثلة لا بد وأن يتوضح لك جلياً أن طريقة سؤالك للرجل تختلف تماماً عن الطريقة التي تتبعينها مع امرأة أخرى. فما يسمعه الرجل يختلف عما تسمعه المرأة. إنهما عالمان مختلفان. وهنا عليك التعود على الأسلوب الذي ذكرناه عند تعاملك وطلبك أي شيء من الرجل.

لا شك أن الموضوع ليس بتلك السهولة إلا أنه بنفس الوقت ليس أمراً مستحيلاً، أبداً فكل ما تحتاجين إليه هو الممارسة والتعوّد.

وبعد أن تنتهي المرأة من هذه المرحلة يمكنها بعد ذلك الانتقال إلى المرحلة الثانية.

احتجاجات نسائية عامة حول مسألة طلب المساعدة:

قد تحتج المرأة على مسألة طلب المساعدة من الرجل؛ وهناك احتجاجات كثيرة نورد قسماً منها وبنفس الوقت نوضح التعليل العلمي والجواب المنطقي لتلك الاحتجاجات.

١ ـ قد تحتج المرأة وتقول: (لم يتوجب عليّ أن أطلب المساعدة من الرجل بينما أنا أقوم بمساعدته تلقائياً ولا يحتاج هو إلى طلب تلك المساعدة مني؟).

تذكري عزيزتي المرأة أن الرجل من عالم يختلف عن عالمك وقبولك لهذه الحقيقة يحقق لك ما تريدين. ولكن إذا رفضت هذه الحقيقة وحاولت بدلاً من التعايش معها تغيير طباع الرجل فإنه سيعاند ويرفض تلك المحاولة. إنها حقيقة فمثلما لا يمكن لنا أن نغيّر المرأة ونجعلها تتصرف مثل الرجل، كذلك لا يمكن أن نغيّر الرجل ونجعله يتصرف مثل المرأة. وبما أن مسألة طلب المساعدة تعتبر شائعة في عالم النساء وإنها أمر طبيعي، فيمكنك عزيزتي المرأة ممارستها مع الرجل وليس هناك أي تنازل من قبلك. إنها أمر طبيعي بالنسبة لك تذكري الاختلاف الطبيعي بين السايكولوجيتان.

ويجدر بالمرأة أن تعرف هذه الحقيقة وهي إذا شعر الرجل بحب المرأة وتقديرها له فإنه وبصورة تدريجية تصبح لديه الرغبة التلقائية في تقديم مساعدته للمرأة. وبهذا الشكل لن تحتاجي إلى طلب المساعدة فهو سيتطوع ويقدمها لك.

٢ ـ قد تحتج المرأة وتقول: (لم عليّ تقدير ما يعمله الرجل بينما أنا أيضاً أقوم بأعمال أخرى كثيرة؟).

هنا أيضاً نود أن نذكّر المرأة بطبيعة الرجل، فعندما لا يشعر الرجل بتقدير المرأة له فإن قابليته على العطاء تقلّ بصورة تدريجية. وإذا رغبت المرأة بقيام الرجل بمزيد من العطاء فكل ما تحتاج إليه هو المزيد من التقدير. ما يدفع الرجل إلى المزيد من العطاء هو المزيد من تقدير المرأة له.

طبعاً يصعب على المرأة تقدير أعمال الرجل عندما تكون في حالة نفسية غير مرتاحة وتشعر بأن عطاءها أكثر من عطاء الرجل. هنا تحاول المرأة وبشكل ودي ولطيف التقليل من عطائها محاولة منها لخلق تعادل في العطاء. وإذا تحققق ذلك، فعندها يمكن للمرأة تقدير ما يقدمه الرجل لها ولما يقوم به من أعمال.

اتباع المرأة لهذا النهج الجديد لا يساعد الرجل على شعوره بالحب فقط، ولكنه سيؤدي بالتالي إلى حصول المرأة على مساعدة الرجل بشكل أكثر من السابق.

٣ ـ قد تحتج المرأة وتقول: (عند طلبي المساعدة من الرجل فقد يشعر بأنه صاحب فضل عليّ).

هذا بالضبط ما يجدر بالرجل أن يشعر به، فهدية حب تعتبر فضل، وعندما يشعر الرجل بأنه يتفضّل على المرأة فإن تقديمه في ذلك الوقت يكون نابعاً من صميم قلبه.

تذكري عزيزتي المرأة أن الرجل يختلف عنك وإن طريقته في حساب النقاط تختلف أيضاً عن طريقتك. وإذا شعر الرجل بأنك تحاولين أن تخبريه أن عطاء الرجل وتقديمه هو واجب ولا بدّ له من القيام بذلك، عندها سيغلق الرجل قلبه ويقلّ عطاءه، وهذه خسارة لك.

٤ ـ قد تحتج المرأة وتقول: (إذا كان الرجل فعلاً يحبني فلم لا يقدم المساعدة طوعاً وبدون اضطراري لسؤاله؟).

وهنا أيضاً نقول: أن عالم الرجل يختلف عن عالم المرأة وبناء على ذلك الاختلاف فإن الأمور ومجرياتها تختلف أيضاً بين الجنسين، فالرجل وبطبيعته ينتظر من المرأة أن تسأله تقديم المساعدة. وبدلاً من أن تنظري إلى المسألة بالمنظار القديم الذي استخدمتيه «إذا كان الرجل فعلاً يحبني فلم لا يقدم المساعدة طوعاً وبدون اضطراري لسؤاله» ضعي الفكرة التالية في الحسبان واجعليها منظارك الجديد «إذا كان الرجل من عالم النساء فإنه سيقدم المساعدة تلقائياً، إلا أنه ليس من عالم النساء» وهذه حقيقة ثابتة.

عندما تتقبل المرأة هذه الحقيقة وهذا الاختلاف بين الجنسين وتعوّد نفسها على التعايش مع ذلك، فإن الرجل ستتولد لديه الرغبة الصادقة بتقديم المساعدة، وبصورة تدريجية يبدأ الرجل بعرض مساعدته على المرأة وبدون حاجتها للسؤال.

٥ ـ قد تحتج المرأة وتقول: (إذا كان عليّ طلب الأشياء التي أريدها من الرجل قد يظن وقتها أن ما يقدمه أكثر بكثير مما أقدمه وقد يصل به التفكير إلى عدم ضرورته التقديم أكثر من ذلك؟).

من طبيعة الرجل أنه يصبح أكثر كرماً وأجزل عطاء عندما يشعر أن الواجب لا يحتّم عليه العطاء والتقديم. إضافة إلى ذلك فعندما يسمع الرجل المرأة وهي تطلب منه (ولا تطالب) باحترام القيام بعمل ما فإنه وقتها يسمع أيضاً أحقيتها في

ذلك الطلب وفي مساعدته لها. لا يظن الرجل وقتها أبداً أن عطاء المرأة أقل، على العكس فقد يظن أن عطاء المرأة أكثر من عطائه أو على الأقل متعادلاً ولذلك فإنها لا تتوانى عن الطلب.

٦ ـ قد تحتج المرأة وتقول: (عندما أطلب المساعدة فإني أخشى الاختصار. أريد أن أوضح سبب حاجتي لتلك المساعدة ولا أريده أن يشعر بأني كثيرة الطلبات).

مرة ثانية نقول عندما يسمع الرجل المرأة وهي تطلب منه شيئاً ما فإنه يتصور وقتها أن لدى المرأة سبباً قوياً دفعها إلى طلبها ذلك. ولكن إذا قامت المرأة بطلب شيء ما من الرجل وقامت بسرد قائمة طويلة من الأسباب تؤيد وتؤكد احتياجها لطلبها هذا، عندها يشعر الرجل بأنه مجبر على الموافقة. والرجل الذي ليس باستطاعته الرفض فإنه يشعر بأن المرأة تحاول الضغط عليه وإجباره على الموافقة.

عزيزتي المرأة دعي الرجل يشعر بأن له حرية الاختيار وعندها سينفّذ ما تطلبين ويقدمه لك بشكل هدية تدل على حبه ومعزّته لك.

عند عدم اقتناع الرجل فإنه وبطبيعته يسأل عن السبب، وقتها لا بأس أن تذكر المرأة سبباً أو أكثر (الحذر في الذكر). وحتى لو طلب الرجل من المرأة توضيح السبب فعلى المرأة أن لا تحاول ذكر لائحة طويلة وعريضة من الأسباب. عليها أن تقدّم سبباً وجيهاً واحداً أو على الأكثر اثنان. وإذا لم يقتنع الرجل بذلك فإنه سيحاول الحصول على المزيد من المعلومات ويستمر في طلب الإيضاح، عندها يمكن للمرأة أن تذكر أسباباً أخرى. (مرة ثانية نؤكد على ضرورة الحذر في الذكر).

ثانياً: **ممارسة طلب المزيد حتى لو عرفت المرأة أن الرجل سيرفض ذلك:**

على المرأة وقبل أن تحاول طلب المزيد من العطاء والتقديم من الرجل، عليها أن تتأكد أن الرجل أيقن أن ما قدمه للمرأة قد حظي بتقديرها.

وعندما تستمر المرأة في طلب المزيد من العطاء من الرجل على الرغم من توقعها المسبق بأن الرجل سوف لن يقدم أكثر مما قدم، عندها فإن الرجل لن يشعر فقط بأنه حظي بتقدير المرأة، بل وسيشعر بقبولها به.

في السابق عندما كان الرجل يسمع المرأة وهي تطلب منه المساعدة والعطاء المحدودين، كان يشعر بحب المرأة له وبناء على ذلك فإنه لا يتوجب عليه إجراء أي تغيير في ذلك الجانب لكي يكسب حب المرأة، فهو قد حصل عليه من خلال ذلك العطاء المحدود.

هنا تحاول المرأة طلب المزيد من الرجل بصورة لا توحي للرجل بأن ما قدمه غير كاف وغير مقبول، وفي هذه المرحلة على المرأة أن تجعل الرجل يشعر بأن له حق خيار الرفض، وحتى لو رفض فإن حبها له لن يتأثر ولن يقلّ أو يتغير.

عندما يشعر الرجل بأن له حق رفض طلب المرأة لتقديمه المزيد، عندها سيتولد لديه شعور الحرية في الرفض أو الموافقة. وهنا نود أن نشير إلى أن الرجل وبطبيعته يميل غالباً إلى الموافقة وذلك حينما يشعر بأنه حر في الاختيار. له حرية الرفض أو الموافقة.

من المهم جداً بالنسبة للمرأة أن تتعلم كيفية الطلب وكذلك ضبط أعصابها والتزام جانب الهدوء في حالة رفض الرجل.

عادة ما يكون عند المرأة حدس طبيعي لجواب الرجل، فهي تستطيع وبطبيعتها الأنثوية أن تتوقع جواب الرجل حتى قبل أن تطلب منه ما تريد، لذلك فعند شعورها بأن الرجل سيرفض طلبها نراها تتوقف ولا تطلب، والسبب هو تجنبها لذلك الرفض المتوقع.

وهنا نقول أن تفكير المرأة وحدسها وتوقعها وعدم طلبها، كل ذلك كان مجرد أفكار خالجت ذهن المرأة ولم يكن الرجل يعلم بما يحصل. حصل كل

ذلك في ذهنها ولم تتفوه بأي شيء يمكن للرجل أن يسمعه. لذلك فلا علم للرجل بما حصل في رأس المرأة.

على المرأة أن تمارس الطلب من الرجل وبدون أي تردد. تمارس الطلب حتى لو شعرت بأن الرجل سيرفض. بل حتى لو كانت متيقنة من رفضه المسبق.

ولأجل توضيح هذه النقطة لنضرب المثل التالي:

قد تسأل الزوجة صبيحة زوجها كمال الذي كان منشغلاً بمشاهدة مسلسلاً تلفزيونياً وتقول له: (هلا ذهبت إلى السوق وجلبت بعض الخضار لأعدّ طعام العشاء؟) عندما سألت الزوجة صبيحة زوجها القيام بذلك كانت قد أعدّت نفسها لسماع رفضه.

قد يندهش الزوج كمال لتصرف زوجته صبيحة بهذا الشكل حيث إنها لم تقاطعه أبداً في الماضي. وهنا قد يحاول الزوج أن يجد لنفسه العذر الذي يبرر رفضه لتلبية طلب زوجته، فقد يقول: (ألا تلاحظين أني مشغول بمتابعة المسلسل التلفزيوني؟ إذهبي أنت ودعيني أفهم الأحداث المهمة الجارية).

بلا شك فإن هذا الجواب سيزعج الزوجة وقد ترغب في أن ترد عليه وتقول: (طبعاً يمكنني القيام بذلك كما أقوم بكل الأمور الأخرى في هذا المنزل. إلا أنه لا يعجبني أشعر وكأني جارية مستعبدة، عليك أن تقدم المساعدة).

هل هذا هو المطلوب من الزوجة صبيحة في هذا المقام؟ بالطبع لا، فالمطلوب منها هو أن تهيء نفسها لسماع مثل ذلك الجواب. جواب الرفض وعليها كذلك أن تجهز نفسها وترد عليه قائلة: (طيب. أو لا بأس). وإذا أرادت الزوجة صبيحة أن يكون جوابها أكثر فعالية وأثراً فيمكنها القول (طيب، ليست هناك أية مشكلة). مثل هذا الجواب يكون له تأثير كبير على مسامع الرجل كتأثير موسيقى المرحوم الأستاذ محمد عبد الوهاب العظيمة.

من المهم جداً أن تقوم المرأة بالطلب وعندما يرفض الرجل تتظاهر بعدم الاستياء أو الغضب وهنا أود أن أنوّه إلى ضرورة عدم قيام المرأة بذلك إن لم تكن هي بحالة نفسية جيدة. إذا كانت نفسية المرأة قلقة وغير مرتاحة فعليها الابتعاد عن ممارسة هذا الأسلوب. نعم عليها أن لا تتبعه وتؤجله إلى وقت آخر. وقت تشعر فيه بالهدوء وراحة الأعصاب إذ إن رفض الرجل قد يزعجها ويثير أعصابها وبالتالي يخلق مشكلة جديدة.

نورد أدناه بعض المواقف نوضح من خلالها طلب المرأة وردة فعلها المرجوة عند رفض الرجل.

حالة الرجل:

١ ـ يكون الرجل مشغولاً بعمل ما وتطلب منه المرأة الذهاب إلى المدرسة لجلب ابنهما أحمد (عادة تقوم هي بذلك).

٢ ـ عادة ما يعود الرجل إلى البيت ويتوقع أن يكون الطعام جاهزاً. تود المرأة مساعدة الرجل ولكنها لا تطلب ذلك خشية رفضه.

٣ ـ بعد العشاء عادة ما يقوم الرجل بمشاهدة التلفزيون بينما تكون المرأة منشغلة بتنظيف الصحون. تود المرأة أن يقوم الرجل بالمساعدة ولكنها لا تطلب ذلك إذ أنها تشعر عدم حب الرجل القيام بذلك وبالتالي تقوم هي بالعمل وحدها.

٤ ـ تخرج المرأة مع الرجل وتكون نيّة الرجل الذهاب إلى دار السينما لمشاهدة أحد الأفلام بينما ترغب المرأة الذهاب لزيارة إحدى العوائل وبما أن المرأة تشعر رفض الرجل المسبق، تبقى ساكتة ولا تبالي بالسؤال.

٥ ـ يكون الرجل متعباً وكذلك المرأة، وسلة المهملات مملؤة وتحتاج إلى التفريغ. تشعر المرأة بأن الرجل متعب ولا تطلب منه القيام بذلك.

٦ ـ يكون الرجل مشغولاً بمشروع ما ولا تحاول المرأة مقاطعته على الرغم من

أنها تحتاج إلى التحدث إليه في موضوع هام. وبما أن المرأة عادة ما تتوقع عدم رغبة الرجل مقاطعتها له، فتقوم بتأجيل طلبها لوقت آخر.

٧ ـ يكون الرجل مشغولاً وسيارة المرأة التي في الورشة قد تم تصليحها وتحتاج مساعدة الرجل لإيصالها إلى المنزل. تتوقع المرأة رفض الرجل ولا تطلب ذلك منه.

طلب المرأة وردة فعلها المرجوة:

١ ـ تقول المرأة: (هلا جلبت أحمد من المدرسة؟) إذا كان جواب الرجل الرفض فعليها تقبل ذلك وعدم الغضب.

٢ ـ تقول المرأة: (هلا ساعدتني في تقطيع اللحم؟) إذا كان جواب الرجل الرفض فعلى المرأة تقبل ذلك وبدون أية ردة فعل سلبية.

٣ ـ تقول المرأة: (هلا ساعدتني في غسل الصحون هذه الليلة؟) أو (هلا جلبت الصحون من غرفة الطعام؟) إذا كان جواب الرجل الرفض فعلى المرأة تقبل ذلك وعدم الانزعاج.

٤ ـ تقول المرأة: (هلا ذهبنا لزيارة عائلة فلان؟) إذا كان جواب الرجل الرفض فعلى المرأة تقبّل ذلك وعدم الانزعاج.

٥ ـ تقول المرأة: (هلا أفرغت سلة المهملات؟) إذا كان جواب الرجل الرفض، فعلى المرأة تقبّل ذلك وعدم الانزعاج.

٦ ـ تقول المرأة: (هلا أعرتني انتباهك لفترة قصيرة؟) إذا كان جواب الرجل الرفض فعلى المرأة تقبل ذلك وعدم الغضب.

٧ ـ تقول المرأة: (هلا أوصلتني إلى الورشة لجلب سيارتي فقد تم تصليحها؟) إذا كان جواب الرجل الرفض فعلى المرأة تقبل ذلك وعدم الاستياء.

في كل الأمثلة السابقة وفي أي مواقف أخرى في مجال الحياة العامة تذكري عزيزتي المرأة ضرورة تهيأة نفسك لرفض الرجل المتوقع وعليك تقبّل

ذلك الرفض والتحلي بالصبر. تقبلي رفضه وضعي في الحسبان أنه سوف يقدم المساعدة متى ما أمكنه ذلك. وكل مرة تطلبين فيها المساعدة من الرجل وتتقبلين رفضه ولا تبدو أثناءها عليك علامات الانزعاج والغضب فإنك تحصلين على خمس أو عشر نقاط. وعندما تسألينه في المستقبل فإنه سيتذكر ردّة فعلك الهادئة وسيكون أكثر تجاوباً معك.

ومن ناحية أخرى فإن طلبك للمساعدة بأسلوب وديّ ولطيف يساعد الرجل على زيادة قدراته على العطاء، وإذا استمريت في طلباتك وبنفس الأسلوب الذي ذكرناه فستلاحظين موافقته في بعض المواقف.

وعندما يحصل ذلك فيمكن للمرأة الانتقال إلى مرحلة أخرى وتطلب المزيد.

وهكذا يتم بناء علاقة سليمة ووطيدة بين الرجل والمرأة، ومفهوم العلاقة السليمة بين الرجل والمرأة هو أن يكون بمقدور كل منهما طلب المساعدة لما يحتاج ويريد بدون تخوف أو تردد. وكذلك الموافقة أو الرفض إذا اختار ذلك.

ثالثاً: ممارسة التأكيد على المطالب:

عندما تتأكد المرأة تماماً إنها اجتازت المرحلة الثانية وأصبح بإمكانها قبول رفض الرجل برحابة صدر وعدم تأثر وانزعاج وفوران دم وهيجان أعصاب، عندها يمكن لها أن تنتقل إلى المرحلة الثالثة.

وقبل الانتقال أود أن أؤكد أن على المرأة أن تختبر نفسها عدة مرات ولا تستعجل الأمور. عليها أن تلاحظ ردود فعلها تجاه رفض الرجل، ردود فعلها الداخلية والخارجية تأثير ذلك الرفض على نفسيتها وعلى تصرفاتها. فإذا لاحظت أن ردة فعلها الخارجية مناسبة إلا أنه لا يزال هناك بعض الألم النفسي فعليها الاستمرار في ممارسة الخطوة الثانية إلى أن تصل إلى درجة القبول التام لرفض الرجل وبعد ذلك يمكنها الانتقال إلى المرحلة الثالثة.

في المرحلة الثالثة تقوم المرأة بطلب المساعدة من الرجل، وعندما يبدأ

الرجل بتقديم الأعذار والأسباب التي تدفعه للرفض وعدم التلبية، هنا لا تتصرف المرأة كما تصرفت في المرحلة الثانية، وبعبارة أخرى لا تقول (طيب أو لا بأس) هنا على المرأة أن تمارس نوعاً جديداً من التصرف. الموقف الجديد يكون كالتالي: (يرفض الرجل طلبها وتبقى المرأة صامتة إلا إنها واقفة تنتظر منه تلبية الطلب). هذا هو بداية التصرف الجديد.

لنفرض أن الزوج بدأ يجهز نفسه للذهاب إلى غرفة النوم والزوجة تحتاج إلى حليب لإعداد طعام الطفل، فتقول الزوجة: (هلا ذهبت إلى السوبرماركت لشراء الحليب؟).

غالباً ما يكون جواب الزوج: (إني متعب وأود أن أنام).

تصرّف الزوجة في هذه المرحلة يختلف تماماً عن تصرفها في المرحلة الثانية، هنا لا توافق الزوجة على هذا الجواب، تلتزم جانب الصمت وتتقبّل مقاومته لتلبية الطلب.

الموقف الجديد الآن هو طلب الزوجة ورفض الزوج. بالنسبة للرجل فصمت المرأة في مثل هذا الموقف لا يعني أنها قبلت جوابه.

عدم محاولة المرأة لمقاومة رفض الرجل يفسح المجال أمام الرجل لتلبية الطلب والذهاب إلى السوبرماركت لجلب الحليب.

السر في المرحلة الثالثة هو (التزام المرأة جانب الصمت) بعد الطلب، فبعد أن تطلب المرأة من الرجل القيام بعمل ما، فغالباً ما يبدأ الرجل بالرد بأساليب مختلفة وكلها تهدف إلى عدم رغبته ومقاومته لتلبية الطلب. قد يبدأ الرجل بالتأوه والتمتمة والدمدمة والتذمر والأنين. درجة ردة فعل الرجل في مثل هذا الموقف تعتمد على مقدار انصرافه وانشغاله ذلك الوقت، فكلما كانت درجة انشغاله عالية كلما زاد من التمتمة والتذمر والتأوه والأنين.

تذمر الرجل هذا لا علاقة له مطلقاً برغبته في تلبية الطلب وتقديم

المساعدة، فالتذمر هنا هو كون الرجل مشغولاً، ودرجة التذمر تعتمد على حجم وأهمية ما يشغله أثناء طلب الزوجة. تفسّر المرأة تذمر الرجل هذا على أنه عدم رغبة الرجل في تلبية طلبها، وهذا خطأ ولا صحة لذلك. فتذمر الرجل هنا يدل على إنه في حالة ذهنية يحاول فيها إيجاد وسيلة لتلبية طلبها هذا، فالرجل الذي لا يريد تلبية طلب المرأة يمكنه وبكل سهولة إطلاق كلمته المعهودة (كلا).

تذمر الرجل وتمتمته فيها جانب إيجابي، إنه يحاول أن يوفق بين ما هو يريده وما تريده المرأة، يحاول إيجاد طريقة لإسعاد المرأة.

في هذه الحالة يمر الرجل بخلجات ذهنية مختلفة، يحاول أن يحوّل تفكيره من الموضوع الذي كان منشغلاً به إلى التفكير بطلب المرأة، وهذه الأصوات الغريبة التي يصدرها الرجل والتي تشبه تلك الأصوات الصادرة عند فتح باب كثر عليه الصدأ، هي دلالة على أن الرجل يحاول فتح باب ذهنه لقبول طلب المرأة وتلبيته. وإذا سكتت المرأة وانتظرت فإن ذلك الباب سينفتح وتختفي تلك الأصوات.

عندما يصدر الرجل تلك الأصوات فإنه غالباً ما يكون في طريقه للموافقة على طلب المرأة إلا أن معظم النساء لا يفهمن ذلك. ونتيجة لجهل المرأة بهذه الحقيقة فنرى ردة فعلها تجاه تلك الأصوات التي يصدرها الرجل إما تحاشي طلب المساعدة من الرجل أصلاً أو ردّة فعل سلبية تؤدي بالتالي إلى تأزم الموقف وعدم تحقيق الهدف الأساسي.

دعونا نعود إلى مثالنا السابق والذي طلبت فيه الزوجة من زوجها جلب الحليب، فإن الزوج بدأ بالتذمر وتقديم الأعذار كي لا يذهب (آه إني حقاً متعب وأريد أن أنام) هنا إذا أساءت الزوجة فهم جواب الرجل هذا واعتبرته رفضاً قاطعاً فإنها في هذه الحالة قد ترد عليه قائلة: (أنا التي أعدّت طعام العشاء وأنا التي غسلت الصحون وأنا التي ساعدت الأطفال في الاستحمام وأنا وأنا وأنا... وكل ما قمت أنت به هو تناول طعام العشاء والجلوس لمشاهدة

التلفزيون، أنا التي تقوم بكل الأعمال، إني حقاً متعبة وأحتاج لمساعدتك، ليس هناك أي عدل).

وهنا تبدأ مشادة كلامية والله وحده أعلم بما ستؤول إليه الأمور.

ولكن لو علمت المرأة أن ذلك التذمر وتلك التمتمة والتأوهات ما هي إلا علامات ودلالات تدل على أن الرجل يحاول إيجاد طريقة يوفق من خلالها بين احتياجات الطرفين، طرفه هو وطرفها، عندها يكون صمت المرأة هو أنسب الحلول.

صمت المرأة يدل على الثقة بأن الرجل يحاول التوسع في تفكيره لغرض الوصول إلى نقطة الموافقة.

تذكري عزيزتي المرأة أنك كلما تقدمت بطلب جديد فإن الرجل يحاول دائماً توسيع فكره لغرض التوفيق بين طلبك ورغبته، لذلك على المرأة مراعاة المرحلتين الأولى والثانية قبل البدأ بالمرحلة الثالثة.

تعويد الرجل على الموافقة:

عودة ثانية إلى مثالنا السابق، الزوج والزوجة ومسألة جلب الحليب. وهنا أقول أن هذا المثال هو قصة حقيقية تم ذكرها في إحدى العيادات الخاصة.

يقول الزوج: (عندما طلبت مني زوجتي الخروج لجلب الحليب في ذلك الوقت المتأخر أتذكر تذمري وتمتمتي بصوت مسموع. ولم تفعل زوجتي أي شيء في تلك اللحظة، بقيت صامتة ولم تحاول محاججتي أو الدخول في محاورة أو مشادّة كلامية كما تفعل النساء أملاً في موافقة الزوج وتلبية الطلب. وأثناء تمتمتي وتذمري وبعدها بلحظات كنت في طريقي إلى باب المنزل في طريقي للخروج. وأتذكر أيضاً ركلي لكرة ابني أحمد التي كانت في طريقي للباب، بعدها خرجت من المنزل وركبت السيارة وذهبت إلى السوبرماركت وطبعاً لا زلت أتمتم.

بعد ذلك حصل شيء عجيب، شيء يحصل لكل الرجال ولا تعرفه النساء أبداً، فعندما كنت أقود السيارة وعند اقترابي من السوبرماركت حيث الحليب موجوداً فجأة توقفت عن تلك التمتمة واختفت من تفكيري. هدأت أعصابي وبدأت أفكر بزوجتي وشعوري الحقيقي نحوها شعور الحب والود، وهنا قويت عندي الرغبة لمساعدتها وتقديم يد العون. بدأت أشعر أن ما كنت أفعله وقتها هو الصح «جلب الحليب» وإني زوج صالح وهي تستحق مساعدتي. عندما وصلت إلى السوبرماركت ودخلته، نظرت إلى الحليب وعندها انتابني شعور السعادة، وعندما وصلت يدي إلى الحليب شعرت بأني قد حققت هدفي الجديد. فتحقيق الهدف يجعل الرجل يشعر بالسعادة. التقطت يداي الحليب وشعرت وقتها بأني قمت بعمل عظيم لزوجتي. وعند عودتي للمنزل كانت زوجتي سعيدة جداً بذلك وبدأت شكرها وتقديرها لما قمت به).

يضيف الزوج قائلاً: (بعد جلبي للحليب وعودتي للمنزل فلو أن زوجتي تجاهلت جهودي التي بذلتها في جلب الحليب لشعرت ساعتها بالاستياء الحقيقي والانزعاج الشديد، ولو أنها في المستقبل طلبت مني القيام بنفس العمل أو أي عمل آخر مشابه له لزاد تذمري وارتفعت تمتمتي. إلا أنها لم تتصرف هكذا، لم تتجاهل تلك الجهود وكانت سعيدة جداً وأشعرتني بشكرها وتقديرها وحبها لي. عندها بدأت أفكر بها وبطبيعتها الطيبة، فحتى بعد كل تلك المقاومة التي أبديتها في البداية وتمتمتي وركلي لكرة أحمد وغضبي، أراها سعيدة ومقدّرة لي ولما قمت به.

بعد عدة أيام طلبت مني زوجتي نفس الطلب، بدأت أيضاً بالتذمر والتمتمة ولكن هذه المرة كانت أقل حدّة من المرة السابقة. خرجت وجلبت الحليب وعدت به للمنزل. وعند عودتي كان تصرف زوجتي هذه المرة مثل تصرفها في المرة السابقة، السعادة والشكر والتقدير. وفي المرة الثالثة عندما طلبت مني زوجتي القيام بنفس العمل، جلب الحليب لم أشعر بأية مقاومة

داخلية ولم تصدر مني تلك الأصوات، التمتمة والتأوّه، وافقت على القيام بذلك وخرجت لجلب الحليب.

بعد حوالي أسبوع لاحظت أن الحليب الموجود في المنزل قليل وقد لا يكفي، وهنا قمت بسؤال زوجتي إن كانت تريد مني أن أجلب الحليب؟ إلا أنها ردت عليّ بأسلوب لطيف وأخبرتني بأنها في طريقها للتسوق وستقوم بجلب الحليب.

شعوري تلك اللحظة كان مفاجأة غريبة بالنسبة لي، شعرت بخيبة أمل! كنت فعلاً أرغب في الخروج وجلب الحليب إذ أن حبها لي وتصرفاتها السليمة وشكرها وتقديرها عوّدني على الموافقة على جلب الحليب.

لقد لاحظت هذا التغير الداخلي في شعوري. قبولها لتذمري وآهاتي وتمتمتي، وبعدها وبالرغم من كل ذلك، شعورها بالسعادة وشكرها وتقديرها عند عودتي للمنزل قد ساعد على محو تلك المقاومة الداخلية عندي. ومنذ ذلك الوقت وحتى وقتنا هذا كلما قامت زوجتي بطلب شيء ما واتبعت نفس الأسلوب أشعر بسهولة تقبّل ذلك ومن ثم أقوم بتلبية الطلب).

المدة الحرجة لصمت المرأة:

من العناصر الأساسية المطلوبة لممارسة التأكيد على الطلب هو الصمت بعد الطلب. على المرأة أن تفسح المجال للرجل لأن يحاول التغلب على المقاومة الداخلية عنده. وإذا بدأ الرجل بالتذمر والتأوه والتمتمة فحذاري حذاري أن تقول المرأة ما يثير الرجل ويهيج أعصابه. على المرأة التزام جانب الصمت، وكلما طالت فترة صمت المرأة، كلما زادت فرصة موافقة الرجل وحصول المرأة على ما تريد. أما إذا بدأت المرأة الكلام وقالت شيئاً ما يثير أعصاب الرجل وبنفس الوقت يقاطع محاولة الرجل التغلب على مقاومته الداخلية، فإنه من المحتمل جداً أن يقول الرجل (لا) ويرفض طلب المرأة.

في مثل هذه المواقف فإن معظم النساء وللأسف الشديد لا يبقين صامتات. يقمن بإطلاق بعض العبارات تهدم العملية بأجمعها وتكون النتيجة سلبية. عبارات مثل:

- آه، إنس الموضوع.
- لا أكاد أصدق أنك ترفض ذلك، تذكر بأني أقوم بكثير من الأعمال هنا.
- أنا لا أطالب بالكثير.
- الموضوع كله لا يتطلب أكثر من عشرة دقائق.
- لقد خيبت أملي. رفضك هذا يؤلمني كثيراً.
- هل تعني أنك ترفض القيام بذلك؟
- لم لا يمكنك القيام بذلك؟ . . . إلى آخره من العبارات المشابهة.

المصيبة الكبرى في هذا المجال هو إساءة المرأة لفهم تلك الأصوات التي يصدرها الرجل إذ أن المرأة تشعر وقتها بمقاومة من قبل الرجل، ولكي تتغلب على تلك المقاومة تحتاج هي إلى الدفاع عن طلبها وأحقيتها في ذلك الطلب وتحاول إقناع الرجل على الموافقة، وهكذا تقوم بهدم جدار الصمت وتبدأ دفاعها.

صدقيني أيتها المرأة الفاضلة أن هدمك لجدار الصمت له مساوىء كثيرة جداً، وأن اتباعك لهذا الأسلوب لن يؤدي إلى أية نتائج طيبة، نعم لا نتائج طيبة من اتباع هذا الأسلوب. قد تحتج إحدى النساء وتقول: (طلبت من زوجي القيام بعمل ما، وعندما بدأ بالتمتمة وتقديم الأعذار المصحوبة بتلك التأوهات، قدمت له الأسباب الموجبة لقيامه بذلك العمل. والنتيجة أنه فهم تلك الأسباب ونفذ ما طلبت منه على الرغم من معارضته في البداية).

الجواب هو: (لا شك أن الرجل قام بالعمل الذي طلبته منه المرأة إلا أن قيامه بالعمل لم يكن باقتناع كامل ولم يتطوع بذلك. لقد قام بتنفيذ ذلك العمل نتيجة لضغط المرأة عليه. وفي المرة القادمة فإن الرجل سيزيد من مقاومته

وكلما زاد ضغط المرأة عليه، كلما زاد هو من مقاومته. وهذا وضع غير صحيح ونتائجه السلبية معروفة).

كي تعطي المرأة الرجل الفرصة لتحقيق رغبتها فعليها بالطلب أولاً ومن ثم السكوت. على المرأة أن تدع الرجل يتمتم ويتأفف ويقول ما يقول. عليها التزام جانب الصمت وأن تستمع لما يقول. وفي النهاية فغالباً ما يوافق الرجل ويحقق رغبة المرأة.

وفي حالة موافقة الرجل عند اتباع المرأة لهذا الأسلوب، فلا تتصوري عزيزتي المرأة بأن الرجل سيحمل أية ضغينة تجاهك، فالرجل لا يمكنه ولن يحمل أية ضغينة في داخله تجاهك ما دمت تتبعين الأسلوب الصحيح، ذلك الأسلوب الذي لا جدال فيه ولا حدّة كلام.

وحتى لو أن الرجل وافق على مضض ظاهري فإنه بعد ذلك سيهدأ ويذهب عنه ذلك الشعور ويعود لحالته الطبيعية.

بعض الأحيان لا تحصل موافقة الرجل ويصرّ على الرفض، أو قد يحاول التملص من ذلك الموقف وذلك بطرح بعض الأسئلة، هنا حذاري أيتها المرأة أن تنجري إلى هذه الهاوية قد يلجأ الرجل بعد ذكرك طلبك وأثناء فترة صمتك إلى طرح بعض الأسئلة، مثل:

- لم لا تقومي أنت بذلك؟
- ليس لدي الوقت للقيام بذلك. هلا قمت أنت بذلك؟
- أنا مشغول وليس لدي الوقت. ما الذي يشغلك أنت؟
- أنت أيضاً تعرفين الطريق إلى السوبرماركت، لم لا تقومين أنت بذلك فأنا مشغول؟.

هذه الأسئلة التي قد يطرحها الرجل ما هي في الحقيقة إلا عبارة عن أسلوب فني يحاول صاحبنا الرجل من خلاله تهدأة المرأة وبالتالي التملص وعدم القيام بالمهمة المطلوبة منه. لا تنخدعي بذلك، لا تتكلمي ولا تقولي أي

شيء، التزمي جانب الصمت إلا إذا شعرت أن الرجل فعلاً يفتش عن سبب يمنعك من القيام بذلك. أغلب الأحيان تكون أسئلة الرجل هذه محاولة منه للتملص وليست للوقوف على السبب الحقيقي الذي يمنعك من القيام بذلك. أما إذا كانت أسئلته جدية فلا بأس من ذكر سبب واحد. ويكون ذلك السبب باختصار وبدون شروح. وبعد ذكرك لذلك السبب قومي بالطلب منه ثانية للقيام بذلك العمل، فالتأكيد على الطلب هو طلب مصحوب بشعور الثقة من أن الرجل سيقدم المساعدة وينفذ الطلب.

وإذا طرح الرجل سؤالاً آخراً أو حتى أخبرك برفضه، عندها يمكن تقديم سبباً آخراً تحاولين من خلاله إخباره بأهمية الطلب، وبعد ذلك تعيدين ذكر الطلب.

هنا نورد بعض الأمثلة التي تقرّب إلينا ما نتحدث عنه:

ما قد يقوله الرجل في حالة رفضه:

١ ـ ليس لدي الوقت الكافي. هل يمكنك القيام بذلك؟.

٢ ـ لا، أنا لا أريد القيام بذلك.

٣ ـ أنا مشغول. ما الذي تفعلينه؟

٤ ـ لا، ليست لدي الرغبة للقيام بذلك.

ردّ المرأة مع التأكيد على الطلب:

١ ـ أنا أيضاً ليس لدي الوقت. هلا قمت بذلك رجاءً؟ (الصمت بعد ذلك).

٢ ـ سأكون فعلاً شاكرة لك. هلا قمت بذلك رجاءً؟ (الصمت بعد ذلك).

٣ ـ أنا أيضاً مشغولة. هلا قمت بذلك رجاءً؟ (الصمت بعد ذلك).

٤ ـ وأنا كذلك ليست لديّ الرغبة، هلا قمت بذلك رجاءً؟ (الصمت بعد ذلك).

نلاحظ هنا أن المرأة لا تحاول إقناع الرجل بالقيام بالعمل ولكنها تحاول أن توضح له أن ما يمنعه من القيام بالعمل هو أيضاً يمنعها هي من القيام بالعمل.

هنا نود أن ننوّه إلى نقطة مهمة وهي إذا كان رد الرجل بأنه متعباً ولا يستطيع القيام بذلك العمل، فعلى المرأة أن لا تقول له بأنها متعبة أكثر منه وأن الواجب يحتم عليه تقديم المساعدة والقيام بذلك العمل. أو إذا كان جوابه أنه مشغولاً، فلا تحاول المرأة أن تثبت للرجل بأنها مشغولة أكثر منه وذلك بذكر قائمة طويلة وعريضة.

على المرأة أن تتجنب تقديم الأسباب التي تحاول من خلالها إقناع الرجل بالقيام بالعمل. على المرأة أن تتذكر بأنها (تطلب) من الرجل ولا (تطالب). وطبعاً فإن هناك فرق كبير بين الاثنين، الطلب والمطالبة.

أما إذا أصرّ الرجل بعد كل ذلك على الرفض فعلى المرأة أن تنتقل إلى المرحلة الثانية وتتقبل منه ذلك الرفض.

تأكدي عزيزتي المرأة أن الرجل الذي نجح هذه المرة في التملص وعدم القيام بالعمل سوف لن ينجح في المرات القادمة وسيعلم جيداً أن قيامه بالعمل أمر حتمي ولا بد له من التنفيذ. ما الذي يحصل عند الرجل في المرة القادمة عندما تطلبين منه تقديم المساعدة والقيام بعمل ما؟ سيتذكر تقبلك رفضه وعدم تعنيفه أو عدم لجوئك إلى المشاجرة معه. سيتذكر هذا الموقف النبيل من قبلك وسيحاول تعويضك عن ذلك وبالتالي سينفّذ طلبك وبرغبة.

بمزيد من الممارسة ستلاحظ المرأة النجاح تلو النجاح في الحصول على ما تريد من الرجل. وهنا أود أن أذكر المرأة بأنها وعند ممارستها وتطبيقها للمرحلة الثالثة عليها أن لا تنسى المرحلتين السابقتين، الأولى والثانية. فالمهم هو اتباع الأسلوب السليم في الطلب وكذلك تقبّل رفض الرجل.

حساسية الرجل:

قد تستغرب المرأة وتسأل نفسها عن سبب حساسية الرجل وذلك عندما تطلب منه تقديم يد العون والمساعدة. والجواب هو ليس كسل أو خمول أو تقاعس الرجل. المسألة هي أن الرجل يحتاج إلى أن يشعر بأن المرأة تقبله في حياتها وإنها معجبة به على ما هو عليه. لذلك فإن أي اقتراح من المرأة يتعلق بتغيير في مظهر أو تصرفات الرجل أو أي طلب لمزيد من العطاء والمساعدة قد يعطي الرجل انطباعاً مفاده أن المرأة غير مقتنعة به وبالشكل الذي هو عليه.

فمثلما المرأة حساسة وترغب من الرجل أن يسمعها ويفهمها عند تحدثها إليه ومشاركتها مشاعرها، فالرجل أيضاً حساس جداً حول مسألة اقتناع المرأة به بالشكل الذي هو عليه، وأية محاولة من جانب المرأة لإجراء أي تعديل فيه أو في تصرفاته فإن ما يفهمه الرجل من ذلك هو عدم اقتناع المرأة به بالوضع الذي هو عليه.

في عالم الرجال فالشعار المرفوع هو (لا تصلح الشيء إلا إذا توقف عن العمل). ومن هذا المنطلق والمفهوم فإن أية محاولة من قبل المرأة لإجراء أي تعديل في الرجل فإن مفهومها عند الرجل هو أن فيه عيباً وتحاول المرأة إصلاحه.

عندما تتعلم المرأة فن الطلب من الرجل فإن ذلك سينمي العلاقة بينهما بصورة تدريجية، وإذا حصل ذلك ـ ولا شك أنه حاصل ـ فنرى السعادة تنتشر وتبسط ذراعيها وتضمهما وتهرب المشاكل التي كانت تعكر عليهما صفو الجو.

وكما تحصل المرأة على الحب والمساعدة وتلبية الرجل لمتطلباتها، كذلك الرجل فإنه سيشعر بمزيد من السعادة وراحة البال. فسعادة الرجل تتأتى من شعوره بالنجاح في إسعاد الذين يحبهم ويرعاهم.

عندما تتعلم المرأة الأسلوب الصحيح في الطلب من الرجل فإنها تحصل على ما تحتاج وتريد وكذلك تساعد الرجل على الشعور بالحب والسعادة.

إنه مكسب عظيم لكل من الرجل والمرأة، هذان المخلوقان اللذان يختلفان في سايكولوجياتهم وفي طريق فهمهم للأمور وكذلك في أفعالهم وردود الأفعال.

الفصل الثاني عشر

الحياة الجنسية

الرجل والمرأة والجنس

كم ترددت في كتابة هذا الفصل، يا إلهي كيف يمكن أن أذكر ما يتوجب عليّ ذكره وذلك من أجل إنارة وإفادة القارىء الكريم وبنفس الوقت احترام مجتمعنا الشرقي وتقاليده؟ كيف يمكن ذكر تفاصيل يتعارض ذكرها مع الخصوصيات الفردية؟ كيف يمكن أن أخوض في هذا المجال بشكل يمكنني من الإيفاء بالموضوع من غير ذكر أشياء لا يمكن أن نسطّرها ويقرؤها الناس؟ كيف يمكن ذلك والحياة الجنسية تعتبر موضوعاً لا نتطرق إليه لا في المدارس ولا في المجالس.

بقيت متردداً فترة طويلة، ولا يمنعنني أن أعترف بأني وفي وقت من الأوقات وبالرغم من أهمية الموضوع قررت تركه وعدم الخوض فيه وذلك لحساسيته الشديدة. نعم كان الموضوع بشكّل معضلة ولم أظن أن التغلّب عليه سيكون سهلاً، والحقيقة فإن ذلك القرار قد آلمني كثيراً وبقيت أفكر فيه لمدة طويلة جداً. ما شجعني على الكتابة هو مشاهدتي كتباً باللغة العربية تطرقت إلى موضوع الجنس وخاضت فيه بعمق وتطرقت إلى تفاصيل دقيقة لا أعتقد أني سأقوم بالخوض فيها فتلك الكتب كتباً طبية بحتة والخوض في كل تلك التفاصيل كان له نوع من التبرير، وهنا قررت الكتابة وكذلك قررت أن أكون أكثر حذراً في الكلام.

إسمح لي عزيزي القارىء أن أذكر هذه القصة التي لها علاقة مباشرة بصميم الموضوع الذي نحن بصدده وسترى من خلالها نقطة الخلاف الحاد بين الرجل والمرأة في الجنس والتي وللأسف الشديد يجهلها الطرفان، الرجل والمرأة.

قبل إكمالي لدراستي الجامعية، كنت وقتها دائم التردد على زيارة أحد أقاربي في عيادته الخاصة في مدينة بغداد وكانت زياراتي هذه بشكل أسبوعي وبصورة دائمة. كان هذا القريب رحمه الله تعالى بمثابة عم عزيز أتناقش معه في كثير من أمور الحياة وأستنير بخبرته الطويلة. نعم كان مثالاً ممتازاً وقدوة حسنة، والحقيقة أنني استفدت منه ومن خبرته. وهنا أود أن أذكر بأن هذا العم الفاضل كان على درجة عالية من الثقافة والخبرة في الحياة وكذلك كان زوجاً مثالياً وأباً رائعاً لأربعة أولاد وبنت واحدة وقد تمكن رحمه الله من تربيتهم تربية ممتازة. وكان هذا العم محباً للعلم ومشجعاً لطالبيه وقد شجع جميع أبنائه (ذكوراً وإناثاً) ووقف إلى جانبهم جميعاً وساندهم مساندة مالية ومعنوية إلى أن حصلوا على شهادات دراسية عالية. المسألة هي أني لم أكن أعلم فكرة عمي هذا من مسألة (الزواج) ونظرته إليه حتى أكملت دراستي الجامعية وحصلت على شهادة البكالورويس (وهنا ستلاحظ عزيزي القارىء بأن معظم الرجال إن لم نقل جميعهم وفي كل أرجاء العالم ينظرون إلى ما سنوضح في هذا الفصل نظرة واحدة، نعم يتفقون على ذلك بسبب طبيعتهم الرجولية التي أجبلوا عليها).

في إحدى زياراتي ذكرت لعمي عزمي على الزواج والاستقرار خصوصاً وأني كنت وقتها موظفاً أستلم راتباً شهرياً جيداً يساعد على مشروع الزواج.

حاول عمي وقتها إقناعي بفكرة تأجيل الزواج والاستمرار في الدراسة، نعم حاول إقناعي على ضرورة الحصول على شهادة الماجستير ومن ثم الدكتوراه وبعد ذلك الالتفات إلى مسألة الزواج. حاول إقناعي برأيه ذلك بعدة طرق علمية وعملية. ومن جملة ما قاله: (الزواج مسؤولية كبيرة وتحتاج من

الرجل الجهد والوقت وقد يتعارض ذلك مع الدراسة، لا تستعجل الأمور، **ألا لعنة الله على تلك الدقائق الخمس**).

الدقائق الخمس، هذا هو مربط الفرس الذي أردت أن أتوصل إليه من خلال قصتي الحقيقية القصيرة هذه. خمس دقائق؟ هذا ما يتفق عليه جميع الرجال في كافة أنحاء العالم. خمس دقائق وتنتهي العملية الجنسية برمتها.

يا سبحان الله. لنسأل أية امرأة حول هذا المفهوم ونرى إجابتها، هل ستتفق معنا فيما نقول؟ بالتأكيد لا. فالمرأة وبطبيعتها التي تختلف عن طبيعة الرجل لا تتعامل مع الجنس بنفس الطريقة التي يتعامل معها الرجل. وبعبارة أخرى فإن الرجل يحتاج إلى وقت أقصر بكثير من الوقت الذي تحتاج إليه المرأة. مسكينة أيتها المرأة. (هذا ما سنقوم بشرحه في هذا الفصل بصورة مفصلة).

لا شك أننا في الشرق ومن منطلق الحياء لا نتمكن من سؤال المرأة عن ذلك إلا أن الغرب ومن منطلق طبيعة مجتمعه التي تختلف عن مجتمعنا وكذلك من منطلق العلم قاموا بإجراء بحوث ودراسات طويلة حاولوا من خلالها التعرّف على الطبيعة الجنسية عند كل من هذين المخلوقين، الرجل والمرأة. وقد خرجوا بنتائج مذهلة ومهمة جداً نعم مهمة بشكل رهيب ولها تأثير مباشر على طبيعة علاقاتنا ببعضنا البعض، رجالاً ونساء.

نعم عزيزي القارىء، ستلاحظ من خلال قراءتك لهذا الفصل بأن الرجال لا يعلمون طبيعة النساء الجنسية والتي تختلف اختلافاً كبيراً عن طبيعتهم وذلك الجهل هو السبب الذي يدفعهم إلى الاستمرار فيما هم عليه. ذلك الذي يجعلهم يظهرون بمظهر الأناني الذي لا يكترث ولا يهتم لا بالمرأة ولا بمشاعرها ولا بمتطلباتها الجنسية، وكل ذلك بالتالي يؤثر عليها تأثيراً سلبياً ويجعلها لا تتشوق إلى الجنس ولا لممارسته وقد تصل المسألة بالمرأة إلى كرهها للجنس وحتى للرجل. نعم، فقد تصل المرأة إلى درجة تتصور فيها بأن الرجل لا يحترمها ولا

يحترم مشاعرها وإنه يستغلها ويستغل جسدها. نعم قد تصل المرأة إلى درجة تتصور فيها أن ذلك الرجل يعيش معها فقط من أجل حصوله على الجنس الذي يسعده ويريح أعصابه ناسياً مشاعرها ومتطلباتها. نعم قد تتصور المرأة ذلك وتكره ذلك الرجل وتكره كذلك معاشرته. قد تصل المسألة بالمرأة التي تقضي معظم وقتها في العمل وترتيب وإدارة شؤون المنزل وتربية الأولاد والشعور بالتعب والإرهاق في نهاية ذلك اليوم إلى الشعور بأن طلب الرجل لممارسة الجنس معها أمراً مرهقاً ومملاً لا رغبة لها فيه، قد تصل المسألة إلى عدم رغبتها في ممارسة الجنس ومحاولتها تجنّب ممارسة الجنس مع الرجل. قد تصل المرأة إلى الشعور بأن تلبيتها لرغبة الرجل وممارسة الجنس معه عملاً آخراً عليها أن تنجزه (يصبح شعورها وكأن ممارسة الجنس واجباً عليها إتمامه وليس متعة لها وللرجل. يفقد الجنس معناه الحقيقي).

وذلك الجهل هو الذي يجعل الرجل يشعر بأن المرأة باردة جنسياً ولا تتمكن من مجاراته ومجاراة رغبات جسده الجنسية، وقد يتصور بأنها مريضة وتحتاج إلى مراجعة الدكتور.

وكذلك يجعل الرجل يشعر بأن المرأة تحاول التمنع المتعمد دائماً في سبيل إذلاله أو الحصول على بعض المطالب الشخصية. تستغل موضوع الجنس في سبيل تحقيق مصالح شخصية. شكوك ومتاهات كثيرة سنرفع الغطاء عنها ونكتشف أسرارها.

كذلك ستلاحظ عزيزي القارىء جهل النساء بطبيعة الرجال الجنسية، تلك الطبيعة التي تختلف عن طبيعتهن. وذلك الجهل هو الذي يجعل المرأة تتصور بأن الرجل مخلوق لأجل الجنس وإن الجنس بالنسبة له يعتبر مثل العمود الفقري لتلك العلاقة وبدونه فإن هذه العلاقة ستضعف وتضمحل وتنتهي.

عزيزي القارىء، الاختلافات بين الرجل والمرأة كثيرة جداً وتكاد تدخل في كل المجالات، فنحن نعلم بأن تركيبة الرجل الفسيولوجية تختلف عن تركيبة

المرأة وطريقة الرجل في تجاوبه للجنس تختلف كثيراً عن طريقة المرأة. نعم فكلما يحتاج إليه الرجل من أجل الإثارة الجنسية هو شيء بسيط جداً، ملامسة جسدية بسيطة، كلام حول الجنس، مشاهدة امرأة جميلة، مشاهدة امرأة كاشفة عن بعض مفاتنها الجسدية (حتى لو كانت المرأة متوسطة الجمال). وقد يصل الأمر إلى مجرد مشاهدة صور معينة؟ نعم صور نسائية خليعة.

المهم أن إثارة الرجل جنسياً لا تتطلب إلى الكثير من الجهد والعناء. إنه سريع الاستجابة لنداء الجنس ونرى سرعته تلك تزداد أكثر أثناء ممارسته لذلك الجنس. فالمسألة بالنسبة له لا تتطلب أكثر من دقائق معدودة وتنتهي المسألة وتهدأ العاصفة وتعود المياه إلى مجاريها الطبيعية. أما بالنسبة للمرأة فإنها وكما سنلاحظ من خلال قراءتنا لهذا الفصل على العكس بالضبط. نعم عكس الرجل بالضبط، وكذلك فإن طريقة الرجل في الجنس لا تعجب المرأة وتثير أعصابها واشمئزازها.

نعم، فالمرأة لا تستلذ بذلك الجنس السريع، إنها تفضل أسلوباً آخراً، إسلوب البطء في كل المراحل، البطء في الإثارة الجنسية والممارسة.

وهنا يمكن أن نشبه طريقة الجنس المفضلة عند كل من الرجل والمرأة بسيارتين نحاول تشغيلهما فالسيارة الأولى (وهي الرجل) تعمل بالبنزين، أما السيارة الثانية (المرأة) فهي تعمل بالديزل. فكلنا يعلم بأن تسخين سيارة البنزين لا تحتاج إلى وقت طويل أما سيارة الديزل فإن تسخينها يستغرق وقتاً أطول بكثير. إنها طبيعة السيارتان.

أو يمكن تشبيههما بعدّاءين أحدهما مشترك بسباق (١٠٠) متر والآخر مشترك بسباق الضاحية. فالعدّاء الأول (الرجل) يكون جاهزاً ومستعداً للإنطلاق، وعند الإنطلاق نراه ينهي المسألة بسرعة فائقة. أما العدّاء الثاني عدّاء الضاحية (المرأة) فنرى انطلاقته تكون بطيئة جداً وتستمر فترة طويلة.

أرجو أن تكون الأمثلة السابقة عاملاً مساعداً في تقريب الصورة إلى أذهان القراء.

هو يريد ممارسة الجنس وهي تريد رومانسية؟. . . هذا الوضع يجعل الرجل والمرأة بعض الأحيان يظهران وكأنهما ينحدران من عالمين مختلفين، تضارب وتضاد في الرغبة والنهج ولا يمكن لنا أن نحصل على حياة جنسية ممتازة إلا إذا فهمنا هذه الفوارق الطبيعية بين كلا الجنسين.

غالباً ما تسيء المرأة فهم الرجل وأسلوب تعامله مع الجنس وتتصور خاطئة أن كل ما يريده الرجل منها هو الجنس ولا تعلم الأهمية الحقيقية للجنس بالنسبة للرجل.

بالنسبة لأغلب الرجال فإن مشاعر الحب والحنان تتجدد عندهم من خلال ممارستهم للجنس نعم وخصوصاً عندما يتمتعون بالعملية الجنسية.

القاعدة العلمية تقول: الجنس هو الذي يجعل الرجل يشعر بالحب وبحاجته إليه. بينما بالنسبة للمرأة فإن الآية تنعكس تماماً، نعم فهي تشعر بحاجتها واشتياقها لممارسة الجنس من خلال حصولها على مشاعر الحب (الرومانسية) أولاً، فالحب بالنسبة للمرأة هو المفتاح لشعورها بالحاجة والرغبة لممارسة الجنس.

هذه هي طبيعة كل من الرجل والمرأة ولا يمكن لأحد من البشر تغييرها. إنها طبيعة جبلهم عليها الخالق العظيم وله حكمة في ذلك علينا أن نعلم تلك القاعدة ولا ننساها أبداً.

عندما يلتقي الرجل بالمرأة ويحاولان الدخول في موضوع الجنس فنرى المرأة تتصرف بشكل يختلف عن تصرف الرجل، تحاول الحصول على الرومانسية أولاً. وهذا التصرف غالباً ما يسيء الرجل فهمه ويتصور بأن المرأة تحاول متعمدة منعه من الوصول إليها وممارسة الجنس معها. مظلومة أيتها المرأة، فكم من رجل أساء ظنه ودارت في رأسه عدة أفكار وشكوك واتهامات وأنت بريئة من كل ذلك، آن الأوان للرجل أن يعلم ذلك.

هو جاهز ومستعد للإنطلاق إلا أنها وبسبب طبيعتها التي تختلف عن طبيعة الرجل غير جاهزة. هنا يشعر الرجل برفض المرأة له. يا سبحان الله فالمرأة ليست مثل الرجل إذ أنها تحتاج إلى الرومانسية أولاً وبعد أن يتوفر لها ذلك تتحرك مشاعرها وأحاسيسها وعندها تشعر برغبتها أو حتى حاجتها للجنس.

لكي ننجح في حياتنا الجنسية علينا أن نهتم بجانب الحب والحوار إذ أن ذلك يعتبر الخطوة الأساسية الأولى. ونجاحنا في ذلك يعني سهولة تطبيق الأساليب الصحيحة في الجنس الممتع. وإذا نجحنا في حياتنا الجنسية فإن ذلك يعني وبدون أي شك تطوير كبير في علاقاتنا مع بعضنا البعض والحصول على راحة نفسية. فحصول الرجل على جنس ناجح ممتع يساعده على الشعور بالحب وهذا الشعور سيغيّر أسلوبه وطريقة معاملته للمرأة. راحة الرجل النفسية هذه تساعد في خلق جو يسوده الحب والودّ وذلك الجو سيسود ويرفرف على جميع أفراد العائلة وهذا ما سيساعد على اختفاء أو تقليل المشاحنات والمشاكل. نعم هذا ما أثبتته التجارب العلمية والدراسات الميدانية التي قام بها لفيف من العلماء وأصحاب التخصص.

في السابق كانت نظرة المرأة للجنس عبارة عن إشباع لرغبات الرجل، أما الآن فإن توقعات المرأة بالنسبة للجنس تختلف وأصبحت النظرة القديمة تاريخاً وماضياً سحيقاً.

نعم أصبحت النظرة القديمة نظرة بالية والآن تريد المرأة التمتع الحقيقي في ممارسة الجنس مثلما يفعل الرجل.

وهنا نقول على الرجل أن يتعلم ما تحتاج إليه المرأة كي يتمكن من تقديمه إليها.

قد يتصور البعض بأن رغبة المرأة في ممارسة الجنس أقل من رغبة الرجل وطبعاً فإن هذا الكلام غير صحيح إذ أنها ترغب في الجنس وممارسته مثلما عند الرجل إلا أن الأسلوبين مختلفان. لذلك علينا أن نعلم ذلك ونراعيه ونحاول

جاهدين إنعاش علاقتنا ببعضنا البعض والمحافظة على الحب والحنان.

من الشائع أن الزوجين وبعد عدة سنوات نرى أحد الأطراف (إما الرجل أو المرأة) تقل عنده/ عندها الرغبة في ممارسة الجنس وقد يتصور ذلك الطرف وصوله إلى نقطة العزوف الكلي وقد يكون الأبدي إلا أن ذلك غير صحيح وغير حقيقي. فالسبب الحقيقي هو أن هناك خطأ ما في الأسلوب أو التطبيق، ويمكن التغلب على ذلك من خلال معرفتنا بالاحتياجات الأساسية لممارسة الجنس عند كل من الرجل والمرأة.

لا شك أن الجنس ومتعته هبة عظيمة من عند الله عز وجل وهبها إلى جميع كائناته التي تعيش على كوكب الأرض (الله أعلم إن كانت هناك مخلوقات أخرى على كواكب غير الأرض)، وإذا تعلم الإنسان الأسلوب الصحيح لممارسة ذلك الجنس فإن ذلك وبلا شك سيؤثر تأثيراً إيجابياً على حياته العامة والخاصة. فمتعة الجنس تؤثر على مشاعر المرأة وتجعلها تشعر بالسعادة وبحب الرجل لها. أما تأثير متعة الجنس على الرجل فإنها تساعده على التخلص من القلق وتوتر الأعصاب وتساعده كذلك على العودة والإتصال بعواطفه ومن ثم إظهارها للمرأة.

هناك مسألة أخرى نود أن نوضحها ألا وهي أن حرص الرجل أثناء ممارسة الجنس لا ينحصر على إشباع رغباته فقط بل إنه يحرص كل الحرص على إشباع رغبات المرأة أيضاً وتحقيق السعادة لها.

وإذا ما حصل ذلك عند المرأة فإن الرجل وقتها يشعر بأنه قد حقق الهدف المنشود ويشعر كذلك بحب المرأة له.

الجنس الصحيح والمشاركة يساعد كل من الرجل والمرأة على التذكر بأحلى أيامهم الجميلة وكذلك يزيد من التقارب بينهما ويجعل التفاهم بينهما أيسر ويرسم الابتسامة على وجهيهما. قد تستمر تلك الإبتسامة طيلة ذلك اليوم أو حتى اليوم الذي يليه.

عزيزي القارىء: بدون فهم حقيقي للفوارق الطبيعية والإحتياجات المختلفة بين الرجل والمرأة فالحياة الجنسية وبمرور الوقت تصبح حياة روتينية رتيبة ومملة وتفقد بريقها ولا يعود لها أي تأثير إيجابي على حياتهما. نعم تصبح الحياة بهذا الشكل وقد تصبح ألعن من ذلك فقد يتسبب الجنس في مشاكل جديدة لم تكن في الحسبان.

أما إذا تعلمنا الأسلوب الصحيح المنبثق من معرفتنا وفهمنا للإحتياجات المختلفة وطبقناه تطبيقاً علمياً صحيحاً فإن النتائج ستختلف وسيكون الإتصال الجنسي بين الرجل والمرأة هدف يتوق إليه الاثنان، وسيكون نعمة وليس نقمة.

ما يدفع الرجل ويشجعه على ممارسة الجنس مع المرأة هو شعوره بأن المرأة تشاطره نفس الشعور، أي أنها ترغب في ممارسة الجنس معه. أما إذا شعر الرجل بأن المرأة لا تشاطره نفس الشعور ولا ترغب في ممارسة الجنس معه عندها يشعر الرجل بالإنزعاج الشديد والإحباط النفسي ويتملّكه شعور الغضب والألم النفسي.

أما ما يدفع المرأة ويشجعها على ممارسة الجنس فهو أيضاً مثلما عند الرجل، شعورها بأن الرجل يشاطرها نفس الشعور وهو راغب في ممارسة الجنس معها. إلا أن المفتاح الرئيسي لكل ذلك هو توفر الإشباع في جانب الحب والعواطف أولاً. وعندما يحصل ذلك الإشباع وينفتح قلبها فإن رغبتها الحقيقية في ممارسة الجنس تنفتح أيضاً.

وهنا نود أن نذكر بأن المرأة حتى لو لم تشعر بذلك الحب والإشباع في جانب العاطفة من قبل الرجل في ذلك الوقت، وبدلاً من ذلك شعرت بأن هناك إمكانية حصول حب الرجل لها ومن ثم مداعبتها فإن ذلك سيدفعها إلى الشعور والرغبة في ممارسة الجنس.

بصورة عامة يمكننا أن نقول بأن ما يساعد الرجل على الإثارة الجنسية هو توفر الفرصة والمكان المناسب، فالإثارة الجنسية عند الرجل سريعة جداً

وأوتوماتيكية حيث أن الهرمون المسؤول عن ذلك يبدأ عمله بصورة سريعة جداً وينشط أكثر وأكثر حتى تتم عملية القذف. وبعدما تتم عملية القذف يتوقف نشاط ذلك الهرمون ويعود كل شيء إلى طبيعته.

هذا بالنسبة للرجل، أما بالنسبة للمرأة فإن المسألة تختلف تماماً حيث أن ذلك الهرمون يبدأ عمله بصورة بطيئة جداً ويستمر على ذلك المنوال لفترة أكثر طولاً قياساً بالنسبة للرجل. وهذا الهرمون لا يتوقف نشاطه بعد انتهاء العملية الجنسية مباشرة كما هو الحال عند الرجل. يبقى ذلك الهرمون نشطاً حتى بعد الانتهاء من العملية الجنسية. تستمر نشوة العملية الجنسية وبعبارة أخرى فإن شعور المرأة الجنسي لا ينتهي مباشرة بعد انتهاء الرجل. تبقى متعة المرأة بالجنس مستمرة حتى ما بعد ذلك. هذه حقيقة علمية ثابتة وعلى الرجل الانتباه إليها ومراعاتها مراعاة علمية صحيحة مدروسة. فالعملية بالنسبة للمرأة لم تنته بعد.

تبدأ الإثارة الجنسية عند المرأة بصورة بطيئة جداً وتأخذ وقتاً طويلاً قبل أن تصبح (حاجة). نعم، فالإثارة الجنسية عند المرأة لا تشبه تلك التي عند الرجل إطلاقاً. فقد تلتقي المرأة بالرجل وتستلطفه شخصياً وتشعر بميل إليه ورغبة بمعاشرته وصحبته إلا أن شعور ممارسة الجنس مع ذلك الرجل قد يستغرق طويلاً، قد يستغرق يوم أو يومان.

وهنا نود أن نقارن بين طبيعة المرأة وطبيعة الرجل، فلو أن الرجل هو الذي التقى بإمرأة ومال إليها وإلى معاشرتها فما سيكون شعوره الجنسي تجاه تلك المرأة؟ الجواب واضح ولا يحتاج إلى أي تعليق. تهيج جنسي فوري ورغبة آنية في ممارسة الجنس.

بالنسبة للرجل فالهيجان الجنسي يعني الالتحام الجسدي الفوري وممارسة الجنس، ولأجل توضيح ذلك فلنقل أن الرجل غاب عن زوجته فترة من الزمن، كأن يكون قد ذهب في رحلة وعاد لتوه فما أول ما يفكر به؟ أعتقد أن جميع

الرجال يتفقون في الإجابة، أول ما يفكر به الرجل هو الجنس.

دعونا ننظر إلى المرأة التي غاب عنها زوجها وعاد لتوه فما أول ما تفكر به؟ هل تفكر مثل الرجل وتحاول الهروع إلى غرفة النوم وممارسة الجنس؟ أبداً. . . فأول ما تفكر فيه المرأة هو **الكلام**. نعم أول ما تفكر به المرأة هو التحدث إلى ذلك الرجل، فالتحدث مع الرجل هو الذي يساعدها على الاتصال بذلك الرجل ثانية. نعم التحدث مع الرجل يساعد المرأة على إعادة الوئام والإلفة والمحبة. وبعد أن يحصل ذلك الترابط نرى رغبة ممارسة الجنس تتولد لديها.

ويمكننا أن نقول بأن رغبة الرجل في ممارسة الجنس موجودة وجاهزة بينما رغبة المرأة تحتاج إلى بعض الجهد من قبل الرجل لإظهارها على السطح. هذه طبيعة كل من الرجل والمرأة ولا يمكن تغييرهما.

هذا الاختلاف في الطبائع كثيراً ما يسبب المشاكل بين الرجل والمرأة، فعندما يرى الرجل المشتاق لممارسة الجنس ممانعة زوجته المبدئية، يقوم بتفسير تلك الممانعة على أساس أنها رفض من جانبها. كيف يمكن لها أن ترفض ممارسة الجنس معه؟ ألا تعلم إنه افتقدها في غيبته ويحاول الآن التقرب منها وملامستها؟ ألا تعلم أن ممارسة الجنس تريحه وتريح أعصابه وتزيل عنه شعور التعب والإرهاق؟ كيف يمكن لها أن تمانع وترفض؟ كيف؟!.

هذا هو شعور الرجل. والآن دعونا ننظر إلى شعور المرأة التي ترى هجوم الرجل عليها حالة وصوله وطلبه لممارسة الجنس. تشعر المرأة بعدم حب ذلك الرجل لها وكذلك تشعر بأن كل ما يريده الرجل منها هو الجنس. نعم تتصور أن ذلك الرجل لا يحترمها ولا يحترم مشاعرها ولا عواطفها وأن كل ما يفكر به هو الجنس. تزوجها من أجل الجنس؟!.

هناك انطباع عام شائع عند النساء حول الرجال ومسألة الجنس، فالنساء يعتقدن بأن كل ما يريده الرجال هو الجنس. هذا الاعتقاد خاطىء وفيه ظلم

وإجحاف بحق الرجل. فالحقيقة هي أن شعور الجنس عند الرجل وممارسته هو الذي يفتح عنده شعور الحب والعاطفة والسر في استعجال الرجل في ممارسة الجنس هو محاولته في العودة السريعة إلى شعور الحب والعاطفة، ذلك الشعور الذي ضعف عنده خلال تلك الساعات الطويلة التي قضاها في كفاحه في الخارج (حياة الخارج بالنسبة للرجل هي معركة حامية الوطيس وعليه أن يفوز بها) الجنس يساعد الرجل على تقوية جهاز العاطفة عنده.

لفترة طويلة، آلاف السنين، تعوّد الرجال على الخروج من المنازل للعمل والكفاح متحملين قساوة البيئة والجو ولكي ينجحوا في مسعاهم كان لزاماً عليهم أن يغلقوا جانب العاطفة أثناء ذلك. كيف لا، كان لا بد لهم أن يكونوا أقوياء كي ينجحوا ويعودوا إلى منازلهم مفتخرين بمنجزاتهم ولم يكن ذلك ممكن التحقيق إلا من خلال تحكيم جانب العقل فقط بعيداً عن العواطف والمشاعر.

تعوّد الرجال على تلك الحياة لسنوات طويلة وبمرور الزمن أصبح ذلك النهج طبيعة وسنّة. نعم أصبح سنّة ظاهرة في تصرفاتهم وحتى أصبحت معالمه واضحة على جلودهم إذ أن الطب يقول أن جلد المرأة أنعم وأطرى وأكثر حساسية من جلد الرجل بعشر مرات.

وبالرغم من قسوة جلد الرجال فإن أكثر ما يمكن أن يثير حاسة اللمس عند الكثير منهم هو ممارسة الجنس والاتصال الجسدي.

عندما يتهيج الرجل جنسياً يتمكن عندها من الاتصال بذلك الحب الموجود في داخله. فمن خلال ممارسته للجنس يتمكن الرجل من تقوية جانب الشعور عنده، وعندما يحصل ذلك يتمكن الرجل وقتها من الاتصال بالجانب الروحاني والعاطفي.

لا تتمكن النساء من فهم هذه الحقيقة حول الرجال والسبب هو أن متطلبات الشعور والعاطفة لديهن تختلف تماماً عما عند الرجال، فالمرأة التي

تشعر بأنها محبوبة من قبل الرجل (وذلك من خلال الحوار والعواطف ومن ثم الجنس) تتقوى عندها حاسة العواطف والمشاعر.

ومن منطلق هذا الاختلاف فإن رغبة الرجل المفاجئة في ممارسة الجنس، تلك الرغبة التي لا يسبقها أي حوار أو أية مداعبات تعتبر أمراً محيراً وتصرفاً غريباً بالنسبة للمرأة. وتزداد تلك الحيرة عند المرأة أكثر خصوصاً عندما يكون الرجل قد قلل من كلامه معها أو أهملها لفترة من الزمن (مهما كان السبب في ذلك الإهمال).

بالنسبة للمرأة فإنها تعتقد بأن الرجل لا يهتم بالعلاقة القائمة بينهما وهمه الوحيد هو الجنس. لا تعلم المرأة بأن الرجل ومن أجل العودة ثانية إلى الاتصال بجانب العاطفة والحب والمشاعر عليه أن يقوم بممارسة الجنس معها. وكذلك فعندما يلاحظ الرجل تهيّج المرأة الجنسي فإنه يحصل وقتها على جرعات قوية مما يحتاج إليه، القبول والثقة والعرفان بالجميل. وحتى لو كان الرجل متعباً من عناء العمل في الخارج فإنه ينسى كل ذلك حالما يلاحظ رغبة وشغف زوجته لممارسة الجنس معه.

وهنا نذكر هذه الحكاية القصيرة التي تتكلم عن زوج وزوجته، فبعد زواج دام خمس سنوات وذات ليلة قضياها بممارسة جنس ممتع جداً قال الزوج: (كان الجنس هذه المرة ممتع للغاية إلى درجة أني تصورت أن متعته مثل تلك التي شعرنا بها في بداية زواجنا).

ردت عليه الزوجة باستغراب قائلة: (لقد تصورت أن الجنس هذه المرة كان أكثر متعة من الجنس الذي مارسناه في بداية حياتنا الزوجية فآن ذاك لم تكن تعرفني جيداً أما الآن فإنك تعرفني معرفة جيدة، تعرف الجانب الذي تحب والجانب الآخر وبالرغم من كل ذلك فإنك لا تزال تحبني وترغب فيّ وهذا ما يجعل الجنس ممتعاً جداً).

تلك العبارة تقول: (إذا عاشرت شخصاً وعرفته معرفة جيدة واستمر

الحب والعواطف والمشاعر الجيدة بينكما وبشكل جيد فهذا يعني أن الحياة الجنسية لها فرصة كبيرة في النمو والديمومة).

الجنس والعواطف:

عند غياب العواطف والمشاعر بين الرجل والمرأة فإن العلاقة الجنسية بينهما تصبح مملة وروتينية ولا طعم لها؛ (قد لا يشعر بعض الرجال بمثل ذلك إلا أن النساء جميعاً سيشعرن بهذا الشعور). إلا أن الرجل والمرأة يمكنهما التمتع بحياة جنسية سعيدة تمتد طيلة فترة ارتباطهما ببعض وذلك من خلال تعلم الأسلوب الصحيح لممارسة الجنس (سنحاول إعطاء فكرة تساعد على ذلك).

ولو تعلم كل من الرجل والمرأة الأسلوب الصحيح وراعيا الاحتياجات الطبيعية لكل منهما، فالرجل عندما يكون في غرفة النوم مع زوجته ويلامس جسدها فإن ذلك سيساعده كثيراً على التهيّج الجنسي، نعم سيكون ذلك عاملاً رئيسياً ولا يحتاج عندها الرجل إلى اللجوء إلى استخدام مخيلته من أجل التهيج.

والمرأة عندما تلاحظ عواطف الرجل تجاهها ومراعاته لشعورها فإنها ستسعد بذلك وتستمر في حبها وعطائها الشعوري والجسدي ويصبح الجنس بالنسبة لها فرصة ثمينة للوئام والاتصال مع ذلك الرجل الذي تحب، وهذا ما سيساعدها على الوصول إلى قمة مشاعرها، ألا وهي مشاعر الأنوثة الموجودة في داخلها.

لم يتعلم معظم الرجال الكيفية العلمية الصحيحة لممارسة الجنس مع النساء، فعندما يكبر الولد ويصل إلى مرحلة المراهقة ويبدأ بممارسة العادة السرية عندها يتصور صاحبنا أنه قادر ومؤهل ولديه الخبرة الكافية لممارسة الجنس مع المرأة!.

لا شك أن ذلك الشاب يتمكن من معرفة الاتصال الجنسي مع الفتاة وكيفية تمتعه والحصول على تلك اللذة التي نطلق عليها (الرعشة الجنسية). لا

شك أنه يعرف كل ذلك إلا أن السؤال هو هل إن ذلك هو كل ما يتعلق بالجنس؟ . . . وبعبارة أخرى هل إن ما يسعد الرجل سيسعد المرأة أيضاً؟ هل إن المرأة ستكون سعيدة وستصل إلى تلك القمة (الرعشة الجنسية؟).

يصعب على كثير من الرجال معرفة ما يسعد المرأة في الفراش إذ المفروض بهم أن يكونوا عارفين بذلك! لا أدري كيف يمكن أن يحصل ذلك إلا أن الواقع يقول هذا، فالذكر عندما يكبر ويشب فمن واجبه أن يكون عالماً بما يسعد المرأة وطبيعتها في الفراش! لا شك أن الأمر سيكون سهلاً لو أن طبيعتيهما كانتا متشابهتين إلا إن الأمر ليس كذلك، فالطبيعتين كما علمنا مختلفتين وهنا يصعب على الرجل معرفة ما يسعد المرأة في الفراش.

هذه حقيقة علمية إلا أن الرجل وفي معظم بقاع العالم يتصور وبطريق الخطأ بأنه عارف بذلك. يظن أن ما يسعده شخصياً لا بد وأن يسعد المرأة أيضاً. هنا وعندما يحصل اتصال جنسي بين الرجل والمرأة ويلاحظ الرجل عدم تمتع المرأة بذلك، يظن الرجل وقتها بأن هناك خلل ما وأن هناك شيئاً غير صحيح في المرأة وفي مشاعرها. لا يمكن له أن يفكر باحتمال وجود خطأ في أسلوبه الذي اتبعه في ممارسة الجنس. مسكين هذا الرجل فهو لا يعلم بأن ما يساعد المرأة على التمتع بالعملية الجنسية يختلف تماماً عن ذلك الذي يساعده هو. لا يعلم أن احتياجات المرأة تختلف كلياً عن احتياجاته، وتقديم الرجل ما يسعده للمرأة لا يعني أي شيء بالنسبة لها. لنلقي نظرة على شاب وشابة ليلة زفافهما، وهنا نذكر بأن كل منهما ليست له/ لها أية تجربة جنسية في السابق أو حتى أية دراسات نظرية حول مسألة الجنس.

بعد الانتهاء من مراسيم الحفلة دخل العروسان إلى غرفة النوم وبسرعة البرق بدأ الزوج بملامسة وجه الزوجة بعدما قام بتقبيلها وضمها إليه. وضع يديه على صدرها، وهنا حصلت عنده حالة الهيجان الجنسي، تلك الحالة التي دفعته إلى القيام بخلع ملابسه ومن ثم (إرغام) الزوجة على خلع ملابسها، وخلال

دقائق معدودة انتهت العملية الجنسية برمتها!! ما الذي حصل؟! لا شك أننا نعلم ما الذي حصل.

بالنسبة للزوج فقد حصل على ما يريد وهدأت أنفاسه إلا أن السؤال هو ما الذي حصل للمسكينة الزوجة؟ هل حصلت هي أيضاً على ما تريد؟ هل هدأت أنفاسها مثل الرجل؟ يا ويلتاه.

كانت في بداية خلوتهما تداعبه وتحاول بيديها وبكل هدوء وبطء ملامسة جميع أطراف جسده، كالوجه والعنق والصدر والجوانب والأذرع وبقية أنحاء الجسد. كانت تحاول إخباره وبطريقة غير مباشرة بما ترغب أن يفعل هو لها، كانت تحاول إخباره بأنها ترغب في أن يقوم هو بتمرير يديه على مناطق جسدها المختلفة تمريراً بطيئاً ولا عجلة فيه.

كانت تحاول إخباره عن أسرار المرأة في الفراش. كانت تحاول أن تقول له عن طبيعة المرأة التي تختلف عن طبيعة الرجل. كانت تحاول أن تقول له بأن ما يساعد المرأة على الشعور الجنسي هو ضرورة اتصالها بجانب الحب والعاطفة والمشاعر أولاً. كانت تحاول أن تخبره بأنها ترغب بأن يقوم هو من جانبه بهذه الحركات التي تسعدها وتساعدها على التهيّج الجنسي. نعم، كانت تحاول ذلك إلا أن صاحبنا لم يفهم تلك الحركات ولم يعرها أي انتباه، لم يكن منتبهاً إلى أي شيء، فكل ما كان مركزاً عليه هو الوصول إلى الهدف وتسجيل نقطة بأسرع ما يمكن.

بعد سنوات عديدة سنحت الفرصة لصاحبنا بقراءة بعض الكتب العلمية حول الجنس ومتطلبات كل من الرجل والمرأة، عندها أيقن صاحبنا بأن أسلوبه تلك الليلة وكل الليالي التي تلت كان أسلوباً خاطئاً وفيه أنانية واضحة وظلم للمرأة المسكينة، فالجنس الذي كان يمارسه مع زوجته كان جنساً من طرف واحد. نعم كان هو المتمتع الوحيد. لا تخجل عزيزي الرجل من ذلك.

تدل الدراسات العلمية الحديثة على أن النساء يفضلن الرجال ذووا

الأيادي البطيئة أثناء العملية الجنسية. الرجال الذين ليسوا في عجلة من أمرهم، الرجال الذين يمرروا أياديهم على أجساد النساء ببطء وتأني وهدوء وحنان، الرجال الذين عندهم استعداد لإسعاد النساء.

عندما يشعر الرجل بالإثارة الجنسية نراه يبدأ بالاستعجال وهنا يظن بطريق الخطأ بأن المرأة أيضاً ترغب في الاستعجال، لا يدري هذا الرجل مدى الإثارة التي تتولد عند المرأة لو إنه تمهل وبقي على سرعته تلك الأصلية قبل أن يستعجل. لا يدري كم ستتمتع المرأة بالجنس لو إنه لم يستعجل. آه من العجلة ومن تأثيرها السلبي على المرأة وعلى حالتها النفسية.

لكي ينجح الرجل في الجنس عليه أن يتعرف على رغبات ومتطلبات المرأة المختلفة عما عنده فالجنس مختلف عند الاثنين. يتمتع الرجل بالإثارة الجنسية وبعدها ممارسة الجنس، أما المرأة فإن متعتها عكس ذلك، نعم فمتعة المرأة هي في الإثارة الجنسية البطيئة، وتزداد متعتها تبعاً لطول تلك الفترة أي إنها تتمتع أكثر وأكثر عندما يأخذ الرجل وقتاً أطول قبل أن يصل إلى عملية الإيلاج. وبعبارة أخرى فإن ما يسعد المرأة أكثر هو طول مدة المداعبات الجنسية، تلك المداعبات المبنية على أساليب علمية صحيحة.

وهنا قد يسأل القارىء الكريم عن ذلك الأسلوب العلمي الصحيح وكيف يمكن له معرفته؟ الجواب على ذلك صعب جداً وذلك بسبب الحياء الذي يمنعني من ذكره (قام بعض الكتّاب العرب بذكر بعض التفاصيل إلا أني لا أنصح القارىء الكريم بقراءتها ولا تطبيقها وذلك لكونها تفاصيل عامة وخالية من الترتيب الصحيح أو حتى من التوقيت العلمي المدروس. ومحاولة تطبيقها قد تؤدي إلى نتائج عكسية) إلا أني أعطيتك عزيزي القارىء وسأعطيك بعض الأفكار العامة التي ستساعدك.

قام العلماء في الغرب بتفصيل ذلك تفصيلاً مسهباً في عدة كتب موجودة في الأسواق ويمكن لأي إنسان عادي اقتناءها ودراستها. والطريقة التي يمكن

للقارىء الكريم التعرف من خلالها على ذلك الأسلوب هو حصوله على إحدى تلك الكتب الأجنبية، وهناك طريقة أخرى وهي اتباع أسلوب التجربة والملاحظة، فعندما يقوم الرجل بأية حركة يركز وقتها على ردّة فعل المرأة ويتعرف بعد ذلك على ما تحب وتكره. وهناك أيضاً طريقة أخرى أفضل وأسهل من الطريقة السابقة ولا تحتاج من القارىء إلى السفر والعناء وتعلّم لغة أخرى... نعم يمكن للقارىء الكريم التعرف على تلك الطريقة من خلال زوجته. لا تستغرب عزيزي القارىء فالزوجة هي مصدر المعرفة بالأمور التي تفضلها النساء ويمكن للرجل مساعدة المرأة في كسر جدار الحياء وتشجيعها على الإفصاح عما ترغب فيه. والمرأة الحاذقة التي تعرف مصلحتها جيداً سوف تتجاوب مع الرجل وتخبره بما تريد المرأة من الرجل أثناء ممارسة الجنس.

المهم هو التوقف الفوري عن الأسلوب التقليدي القديم، ذلك الأسلوب الذي يعتبر في منتهى الأنانية حيث أن الرجل هو المستفيد الأكبر (إن لم نقل المستفيد الوحيد). لا شك أن الرجل يودّ إسعاد المرأة مثلما يود إسعاد نفسه إلا أن السؤال هو كيف يمكن تحقيق ذلك؟ والجواب على ذلك بسيط ولا يحتاج إلى أي عناء ويمكن تطبيقه بسهولة.

وهنا نود أن نقول للرجل أن عليه عدم التردد في سؤال زوجته إذ أن ذلك ليس عيباً فهو رجل ويعلم ما يحتاج إليه الرجل في ممارسة الجنس، إلا أنه لا يمكن له أن يعلم بما تريده المرأة وترغب. كيف يمكن له أن يعلم ذلك فهو رجل، إضافة إلى ذلك فإن الموضوع لا يدرّس في المدارس ولا يمكن حتى الكلام عنه في الأماكن العامة أو الخاصة.

والمرأة أيضاً عليها أن لا تخجل من إخبار زوجها عما ترغب فيه، عليها أن تعلم أنها المصدر الوحيد الذي يمكن للرجل من خلاله التعلّم وإذا أصرت المرأة على عدم إخبار الرجل فهي في النهاية الخاسرة، نعم هي الخاسرة سيستمر الرجل في عطائه القديم الذي تعوّد عليه. وهنا نضيف أيضاً بأن علماء

الغرب وبعد كل سنوات الدراسة والبحث يعترفون بأن النساء ليسوا سواء أو على وتيرة واحدة، فكل امرأة لها احتياجات ورغبات قد تختلف عن النساء الأخريات، فليس هناك قاعدة عامة يمكن تطبيقها على الجميع، وحتى المرأة نفسها فإن احتياجاتها ورغباتها قد تتغير من وقت لآخر، فاليوم تحب كذا وبعد فترة تصبح شكلاً آخر، وبعد فترة أخرى قد تعود إلى القديم أو قد تنتقل إلى شيء جديد، لذلك فإن مسألة التحدث إلى المرأة في هذا الموضوع والاستفسار منها باستمرار حول رغباتها أمراً مهماً جداً.

بالنسبة للرجل فإن الجنس هو هدف للوصول إلى الرعشة والقذف فالعلم يقول أن في داخل جسم الرجل سوائل تحتوي على حيامن تم إفرازها مسبقاً وهي جاهزة ومستعدة للخروج، أما بالنسبة للمرأة فإن مسألة أفراز السوائل لا تحصل قبل الهيجان الجنسي.

عندما يتهيج الرجل جنسياً فإنه يكون مستعد ويبحث عن وسيلة للقذف، وبعبارة أخرى فإنه يحاول إفراغ تلك الحيامن الموجودة داخل جسده وحصوله على تلك الرعشة بأسرع وقت. يتم ذلك في الوقت الذي تحاول فيه المرأة تجهيز نفسها للتمتع بالعملية الجنسية. تبدأ المرأة بعد انتهاء الرجل؟ يا سبحان الله على هذه المفارقة التعيسة التي تغضب المرأة وتثير أعصابها. الرجل وبطبيعته جاهز ولا يحتاج إلى أية مساعدة لكي يثار جنسياً، كلما يحتاج إليه هو الالتحام الجسدي والقذف، بينما تحتاج المرأة إلى الرجل ومهارته في الفراش لكي تتهيج جنسياً، تحتاج إلى كلام ودّي وحوار رومانسي وبعد ذلك تحتاج إلى ملامسات عديدة وكثيرة (ملامسات مدروسة). يمكن تصوير العملية هنا بالشكل التالي، بالنسبة للرجل فإنها مثل نزع قشرة البرتقالة، فلقشرة البرتقالة طبقة واحدة، أما بالنسبة للمرأة فالعملية تشبه بنزع قشرة البصل فلقشرة البصل طبقات عديدة ونحتاج لنزعها وقتاً أطول بكثير.

لم يشتاق الرجل للقذف:

عندما يكون الرجل مع زوجته في غرفة النوم ويبدأ بملامسة أعضاء جسدها الطرية الناعمة مثلاً أو مناطق أخرى فإنه يشعر وقتها باللذة والمتعة. ومن خلال تلك الملامسات يتمكن الرجل من الترابط والاتصال بجانب الطيبة والرقة والحنان الموجود أصلاً في داخله. يقوم بذلك الاتصال وفي نفس الوقت يبقى مركزاً على الجانب الذكري الموجود في داخله لا شك أن الطيبة والرقة والحنان كلها موجودة داخل الرجل إلا أنه يبدأ بالانتباه إليها من خلال ملامسته لجسد المرأة الطري والأنثوي داخل غرفة النوم وكذلك من خلال ممارسة الجنس. فالهيجان الجنسي وممارسة الجنس تقوّي عند الرجل ارتباطه بعواطفه الموجودة فيه؛ كثيراً ما نرى الرجل بعد انتهاء العملية الجنسية يخرج ويبدأ بالتمتع بالنظر إلى جمال الأشجار أو الطبيعة أو أي شيء آخر، يبدأ ينظر إلى الأشياء التي حوله نظرة مختلفة، نظرة ملؤها العواطف. السؤال هو: هل أن الرجل لم ير ذلك الجمال في السابق؟ هل إنه يرى ذلك الجمال لأول مرة؟.

الحقيقة هي أن ذلك الجمال كان موجوداً منذ زمن بعيد إلا أن الحياة ومشاغلها وكفاحها والاهتمام بالأمور اليومية، كل ذلك شكّل عبئاً ثقيلاً على الرجل لدرجة أنه انفصل عن عواطفه الموجودة أصلاً بداخله وأصبح غير قادر على الانتباه إلى ذلك الجمال. ما حصل أن الرجل وعن طريق ملامسة المرأة تمكن من الاتصال ثانية بعواطفه وبذلك بدأ ينظر إلى ذلك الجمال نظرة ثانية، نظرة ممزوجة بالحنان والحب.

يؤثر الجنس الصحيح على الإنسان تأثيراً إيجابياً، لذلك فإن الرجل الذي ينشغل بعمله كثيراً نراه يحاول ممارسة الجنس مع زوجته بأقرب فرصة إذ أن ذلك يساعده بشكل سريع على الاتصال ثانية بذلك الجانب العاطفي.

متعة الولوج:

عندما يثار الرجل جنسياً وقبل عملية الولوج نراه متلهفاً ومشتاقاً إلى الالتحام الجسدي مع المرأة. يكون عضوه الجنسي منتصباً ومتصلباً وجسده قوياً يحاول الوصول إلى عضو المرأة التناسلي، وعندما يحصل ذلك يشعر الرجل بمتعة أكبر مما كان يشعر في السابق. يعتبر عضو الرجل التناسلي أكثر المناطق حساسية، فإذا حصل أي تلامس لذلك العضو فكأن التلامس حصل لسائر جسده وعندها يشعر الرجل بالإثارة الجنسية وتسري داخله شحنة كبيرة من المتعة. وعندما يتم الاتصال الجنسي وتحصل عملية الولوج عندها يشعر الرجل بوصوله إلى الهدف المنشود، وبعد أن تتم عملية القذف نرى أحاسيس الرجل العاطفية تكبر وتزيد وتطفو على السطح.

كيف يشعر الرجل بأنه محبوب:

بعد انتهاء العملية الجنسية يشعر الرجل بالراحة والسعادة، والسبب هو أن الرجل وأثناء الجماع كان متصلاً اتصالاً وثيقاً بالجانب الذكري الذي داخله محاولاً بذلك إتمام المهمة، ولكن بعد انتهاء العملية الجنسية ينتقل الرجل للإتصال بالجانب الأنثوي الذي داخله ويبدأ بإدراك شعور الحب والحنان والعطف. ينتقل من الجانب الذكري الصلب المقاتل إلى الجانب الأنثوي الطري الحنون.

ما يزيد من ارتياح الرجل أثناء عملية الجنس هو شعوره بمتعة المرأة بتلك العملية ووصولها إلى قمة السعادة والحب، يشعر الرجل وقتها بأنه تمكن من إشباع رغباته ورغبات المرأة أيضاً وبعبارة أخرى، أنه أنجز المهمة باتقان وحقق السعادة للطرفين.

كي يستطيع الرجل الوصول إلى تلك النتيجة عليه أن يساعد المرأة في الوصول إلى قمة اللذة قبل أن يصل هو إليها. نعم، فالمرأة ولكي تصل إلى تلك القمة فإنها تحتاج إلى وقت أطول وكذلك تحتاج إلى عامل خارجي مساعد، ألا

وهو الرجل. وبعد أن تصل المرأة إلى قمة اللذة يمكن للرجل أن يركّز على جانبه في العملية للوصول إلى تلك النقطة. ومسألة وصول الرجل إلى تلك النقطة لا تتطلب الكثير من الوقت والعناء فهو جاهز بطبعه.

تعتبر مسألة إيصال المرأة إلى تلك النقطة أمراً مهماً جداً حيث أنها تشعر في ذلك الوقت بسعادة غامرة وعندها تقوم بإظهار حبها ومشاعرها الجياشة للرجل.

الجنس الصحيح كعلاج:

أيّ مضايقات أو مشاكل تنتاب الرجل أثناء النهار يمكن إزالتها والتغلّب عليها وذلك عن طريق الجنس الصحيح الممتع. نعم بالنسبة للرجل فإنه لا يوجد أي علاج أفضل من ذلك الذي ذكرناه أما بالنسبة للمرأة فإن الجنس الصحيح الممتع يساعدها على الشعور بالسعادة وإحياء الحب والعواطف.

بدون ذلك الجنس الصحيح الممتع يصبح من السهل على الرجل أن ينسى حبه الحقيقي للمرأة. قد تكون تصرفاته اليومية مع المرأة تدل على الأدب واللطافة إلا أنه داخلياً لا يشعر بذلك الاتصال الوديّ العميق بينه وبين تلك المرأة، ذلك الاتصال الذي كان بينهما في بداية علاقتهما.

بدون الجنس الصحيح الممتع يبدأ الرجل بالانتباه والتركيز على أخطاء المرأة الكبيرة وحتى الصغيرة ويظهر أمامه جانب جديد من جوانب المرأة ألا وهو جانب المساوىء. فكما ذكرنا فإن الرجل عكس المرأة في مسألة الاتصال بجانب العاطفة والحنان. فالرجل يتصل بذلك الجانب من خلال حصوله على الجنس؛ أما المرأة فيكون اتصالها بذلك الجانب عن طريق الكلام الودي والمشاعر والذي بالتالي يقود إلى الحب.

لا شك أن الحديث والحوار المستمر بين الرجل والمرأة مهمان جداً في العلاقة بينهما ويقودان بالتالي إلى حياة جنسية ناجحة إلا أنه يتحتم علينا أن نعلم أن المرأة التي لا تحصل على نوعية الجنس الذي ترغب فيه وترتاح إليه فإنها وبمرور الزمن ستتجلّد وتستاء خصوصاً وإنها تحمل أعباء مسؤوليات كبيرة إذ

أنها لا تشعر بالمسؤولية تجاه نفسها فقط بل إنها تشعر بالمسؤولية تلك تجاه الرجل وجميع أفراد الأسرة، وتبدأ بنسيان رغبتها وحبها للجنس وكل رغباتها الأنثوية الأخرى ويصبح الجنس واجب عليها إتمامه وليس متعة وهنا يخسر الرجل خسارة كبيرة. وبدون الحنان والرومانسية من قبل الرجل فإن المرأة ستشعر بالألم والمعاناة ولن تشعر بوجود أي وقت خاص بها. وكلما كثر اهتمام المرأة بالآخرين كلما قلّ عندها الانتباه والاعتناء بنفسها وبرغباتها الجنسية. والمرأة هذه تكون شاعرة بأحاسيس الآخرين وتشاركهم تلك المشاعر إلا أنها تفقد أحاسيسها الشخصية فمثلما ينسى الرجل مشاعره أثناء النهار كذلك المرأة أيضاً تنسى رغباتها الجسدية.

تأخذ المشاكل اليومية الكثيرة بالمرأة بعيداً وتجعلها لا تفكر بنفسها ولا تعطيها أي مجال للراحة والتفرّغ والإستمتاع بالحياة.

أما إذا شعرت المرأة بانتباه الرجل إليها واهتمامه بها وشعرت بأنها غير منشغلة بالاهتمام بالآخرين ولو بصورة مؤقتة فإنها آنذاك ستنتبه إلى نفسها ويبدأ عندها شعور الاهتمام برغباتها الجسدية.

وهنا نود أن نقول أن الرجل الذكي العارف بنفسية المرأة والاختلافات بين الرجل والمرأة عليه الانتباه إلى هذا الموضوع الحساس، عليه أن يراعي مشاعر المرأة ولا يحمّلها مشاكل ومسؤوليات العائلة ويجعلها غارقة إلى أذنيها في ذلك البحر. إذا كان الرجل فعلاً يطمح في حياة جنسية صحيحة هانئة فعليه مراعاة مسألة مشاعر المرأة ولا يدفعها إلى نسيان نفسها ورغباتها الجسدية، وإذا ما حصل وأن غرقت المرأة في ذلك البحر فمن الجريمة والظلم أن يتوقع الرجل استعداد تلك المرأة للعطاء الجنسي، كيف يمكن لها ذلك؟!.

إذا أراد الرجل التنعم بحياة جنسية سعيدة فعليه مراعاة الأسلوب الأمثل في تلبية المتطلبات الأساسية للجنس ومن ثم الأسلوب الصحيح في طلب الجنس والشروع فيه.

إسعاد المرأة جنسياً:

من المعروف أن المرأة وبطبيعتها الأنثوية التي تختلف عن طبيعة الرجل تفضل الكلام والحوار والتشعب في ذلك خصوصاً إذا كان الواجب لا يحتم عليها الدخول مباشرة في صميم الموضوع. فغالباً ومن منطلق الود والمحبة والإلفة تقوم المرأة بالتحدث عن أمور كثيرة وتبدأ باللف والدوران في حلقات كثيرة وتستمر في ذلك إلى أن يتسنى لها تدريجياً اكتشاف الموضوع الأساسي الذي تود الحديث عنه.

وأسلوب المرأة هذا في الكلام ينطبق أيضاً على أسلوبها في ممارسة الجنس فهي تحب ممارسة الجنس مع الرجل الذي يتأنى ويلف ويدور بيديه حول جسدها وذلك قبل وصوله إلى تحقيق (الإصابة وبعدها إما الاستلقاء الصامت في الفراش أو الخروج وترك المرأة وحدها!!!!؟؟؟؟).

ترغب المرأة بقيام الرجل في البداية بمداعبتها وبملامسة جسدها بكل رقة وحنان وعاطفة مبتعداً عن الهمجية. يبدأ كل ذلك بالمناطق البعيدة عن الأعضاء الجنسية الحساسة جداً (وهنا نقول مرة ثانية بأن هذا الموضوع على درجة كبيرة من الأهمية والمفروض بكل رجل معرفته وتطبيقه والطريقة الوحيدة السهلة لمعرفة ذلك هو سؤال المرأة نفسها. نعم سؤال المرأة وتشجيعها على الإفصاح والإجابة كيف يمكن للرجل أن يعلم ما تحتاج المرأة إليه في الفراش؟ فهو رجل واحتياجاته تختلف عن احتياجاتها ولا يمكن له أن يعرف ذلك إلا إذا قرأ كتاباً أو أخبرته المرأة. وليكن في معلوم المرأة بأنها لن تحصل على ما تريد من الرجل في الفراش ما لم تخبره وبدون أي خجل). المهم أن المداعبات هي التي تمتّع المرأة وتسخنها جنسياً.

على سبيل المثال، فإن المرأة لا ترغب في قيام الرجل بمهاجمة صدرها فهذا التصرف لا يعجب المرأة ويثير فيها مشاعر الخوف ويجعلها تنفر من ذلك الرجل. يقوم الرجل الذكي بمداعبة المرأة وإمرار يديه قرب تلك المنطقة أكثر

من مرة، وبعد ذلك يبدأ بالتقرّب التدريجي. وهنا على الرجل عدم التركيز على منطقة واحدة عليه إمرار يديه على عدة مناطق مختلفة، فجسد المرأة كله شديد الحساسية وله أهمية بالغة في ممارسة الجنس (هذا اختلاف آخر بين الرجل والمرأة ففي جسد الرجل توجد مناطق معينة قليلة جداً لها أهمية في ممارسة الجنس، أما بالنسبة للمرأة فإن جميع جسدها، نعم جميعه وبدون أي استثناء منطقة جنسية حساسة جداً).

على الرجل أن ينتقل بيديه إلى أماكن كثيرة وبأسلوب لطيف بعيداً عن العنف والعجلة. على الرجل التأني في كل ذلك، عليه أن يعلم بأن المرأة ليست مثل الرجل فالرجل بطبيعته يحب التصويب المباشر وإنهاء الموضوع، أما المرأة فإنها تود العكس بالضبط، إنها تحب المداعبة ولمسات الحنان التي تتوزع على كل أنحاء جسدها، على الرجل أن يتذكر أن طريقة تهييج المرأة جنسياً ليست مثل طريقة تهييجه، فهو بطبيعته جاهز ومستعد لإطلاق العنان لجهازه الجنسي في الهجوم الصاعق، أما المرأة فإنها تحتاج إلى وقت طويل وإلى أسلوب خاص كي تتمكن من الشعور برغبتها وحاجاتها للجنس، أمر مهم جداً وحساس للغاية.

يتمكن الرجل الذكي من التمتع بالجنس ومن مساعدة المرأة على التمتع به أيضاً وذلك من خلال التأني واللمسات المدروسة البعيدة عن مهاجمة (مقر العدو مباشرة)، الرقة والحنان والتأني وعدم الإسراع، أيها الرجل الكريم: **لا تتعجّل**.

يتمكن الرجل العاقل من التحكم في مجريات ممارسة الجنس، نعم يمكن له أن يتحكم في ذلك إذا استطاع السيطرة على رغباته الجنسية الاندفاعية، يمكن للرجل أن يستمر في مداعباته للمرأة لفترة طويلة جداً، وفي هذه الحالة تكون المرأة في منتهى السعادة. ومردود تلك السعادة يكون إيجابياً على الرجل فكلنا يعلم المثل القائل (وراء كل رجل عظيم امرأة) فالمرأة يمكن لها

أن تسعد الرجل أو أن تحطم حياته، علينا الاهتمام بالمرأة وبمشاعرها وبمتطلباتها الجنسية.

التركيز/ سعة الأفق والعملية الجنسية:

أثناء العملية الجنسية يلاحظ أن الرجل لا يهتم كثيراً بما يسمى بالتسخين (والمقصود هنا هو المداعبات والملامسات الجسدية والتقبيل وما شابه)، ونراه يركز على جانب الوصول إلى الهدف وسبب ذلك هو طبيعته التركيزية.

أما المرأة فإنها تطمح وتتطلع إلى المتعة في التسخين، ويعتبر التسخين جزءاً مهماً جداً جداً في العملية الجنسية. لا جنس حقيقي بدون عملية تسخين طويلة هذه هي المرأة وطبيعتها.

تفيد التقارير والأبحاث بأن كل ما يحتاج إليه الرجل من أجل الوصول إلى قمة الإثارة الجنسية هو دقيقتان أو ثلاث دقائق بينما تحتاج المرأة إلى وقت أطول (معدل ذلك الوقت هو ١٨ دقيقة) هذه الحقيقة مهمة جداً وعلى الجميع ملاحظتها والاهتمام بها. فالمرأة تحتاج إلى ستة أضعاف الوقت الذي يحتاجه الرجل حقيقة علمية مذهلة، ما رأيك الآن عزيزي الرجل؟.

إذا جهل الرجل هذه الحقيقة فيصبح من السهل عليه أن يظن بأن المرأة لا رغبة لها في ممارسة الجنس والدليل على ذلك هو عدم تجاوبها معه والسبب هو إما إنها لا تحبه شخصياً أو إنها باردة جنسياً بطبيعتها أو إنها مريضة. ومهما كان السبب فإن الرجل لن يسعده ذلك.

ونقطة أخرى هي أن جهل الرجل لهذه الحقيقة سوف لن يمكنه من توفير الوقت الذي تحتاجه المرأة، ونحن نعلم بأن المرأة لا تتمتع بالجنس السريع الخالي من المداعبات.

وعندما لا تتمتع المرأة بالعملية الجنسية فالمسألة وقتها تتحوّل من متعة وقضاء وقت جميل إلى ملل وتعب وعكننة وإزعاج.

لكي ترتاح المرأة وتتهيأ للتمتع بالجنس فإنها تحتاج إلى وقت أطول والسبب هو طبيعتها الأنثوية المتصفة بسعة الأفق، وإذا جهلت المرأة هذه الحقيقة عن نفسها فإنها قد تتوهم خاطئة بأن هناك عيباً ما فيها، قد تتصور أنها باردة جنسياً ولا يمكن إثارتها بينما الحقيقة هي أنها لا تحصل على ذلك التسخين المطلوب، أطلبي ذلك من الرجل وسترين الفرق.

في حالات كثيرة تحاول المرأة التظاهر المصطنع للإثارة الجنسية وذلك لإرضاء الرجل ولكي تثبت له أنها امرأة طبيعية، هذا التصنّع له محاذير كثيرة وعلى المرأة الابتعاد التام عنه.

الجنس والحب:

في الغرب يطلق الناس على الجنس الممتع كلمة (الحب)، أما إذا كانت العملية الجنسية سريعة ولا تعجب المرأة فهي (ممارسة جنسية).

عندما تعود المرأة إلى البيت وبعد أن تكون قد قضت ساعات طويلة في العمل فلا شك أنها تكون متعبة ومرهقة وآخر ما يمكن لها أن تفكر فيه ذلك الوقت هو ممارسة الجنس.

ما تحتاج إليه المرأة لكي تتمكن من الشعور بالإثارة هو ملامسة الرجل لها. ملامسة فيها عاطفة وحنان ولا رائحة للجنس فيها أبداً، نعم تحتاج إلى حنان الرجل أولاً، ذلك الحنان الغير مصحوب بأية مطالبة جنسية. أثناء ذلك تشعر المرأة بمنتهى الراحة والسعادة، وهذا شيء يصعب على الرجل فهمه حيث لا وجود لتلك الحالة في قاموس مفرداته.

من المهم جداً أن يفهم الرجل هذه الظاهرة الأنثوية عند المرأة، فالملامسات الحنينة والمداعبات الخالية من المطالبة بالجنس تجعل المرأة تشعر بأنها تعيش في نعيم الجنة وليست على الأرض. وطبعاً فإن ذلك يتطلب من الرجل وقتاً، وبما أن الرجل بطبيعته التركيزية يحاول دائماً الوصول إلى الهدف بأقصر وقت، هنا نرى نفاذ صبر الرجل وتوقفه عن مواصلة التدليك والمداعبات

التي تعتبر وسيلة مريحة للمرأة.

المصيبة هي اختلاف طبائع كل من الرجل والمرأة، مصيبة ولا بد من وجود حل وسط.

الجنس السريع ومتعته:

غالباً ما يود الرجال إسعاد النساء في غرفة النوم وذلك بمراعاة متطلباتهن إلا أنهم يشعرون بعض الأحيان بالحنين إلى طريقتهم الفطرية السريعة متخطّين بذلك كل المداعبات المطلوبة، شيء ما في داخل الرجل يقول له (لا تهتم هذه المرة لأي شيء، المهم أن تنطلق بالسرعة المعهودة وتحقيق الهدف المطلوب).

هذا لا يعني أن الرجل لا يهتم بمشاعر المرأة ومتطلباتها الجنسية، الحقيقة أنه فقط اشتاق إلى قديمه ويودّ ممارسته. هذه طبيعة الرجل التي أجبل عليها.

الموقف الذي أمامنا هو امرأة تود التمتع بالجنس وذلك من خلال المداعبات والإطالة، ورجل يود التمتع بالجنس وذلك من خلال ما يسمى بالجنس السريع، فما يريده هو دقيقتان أو ثلاث بينما ما تريده المرأة وقت أطول بكثير من ذلك.

على المرأة أن تعلم بأن الرجل ومن وقت لآخر يحتاج إلى الجنس السريع إذ أن ذلك من طبائعه، وعند حصول الرجل على ذلك الجنس السريع فإنه سيتمكن وبطيب خاطر من إسعادها في المرات القادمة. هذا هو شعور الرجل.

الآن أصبح واضحاً لدينا بأن ممارسة الجنس تختلف عند الرجل والمرأة، والسؤال الذي يطرح نفسه هو: ما شعور الرجل عندما يحصل على الجنس السريع الذي يحبه ويريده؟. هل سيرتاح لذلك أم إنه سيشعر بتأنيب الضمير؟. والسؤال الآخر هو: لو أن المرأة سمحت للرجل بالجنس السريع، فهل إنه سيتعوّد على ذلك ولا يراعي في المستقبل حاجاتها ورغباتها الجنسية؟. سؤالان مهمان ومحيّران ويصعب الإجابة عليهما، حاول عزيزي القارىء أن تفكر بذلك وتجيب عليه بأسلوب يتناسب مع وضعك وشعورك وعلاقتك بزوجتك، هل

إنك فعلاً تحبها وتراعي مشاعرها؟. هل ترغب في الجنس السريع الذي يريحك ويسعدك إلا أنه لا يعجب زوجتك ولا يريحها؟. هل إنك مستعد للتنازل عن الجنس السريع؟.

الحقيقة هي أنه لا يوجد جواب واحد يمكن أن نعمّمه على الجميع إلا أن هناك توصيات واقتراحات يمكن أن تساعد في هذا المجال.

يمكن أن يحصل اتفاق بين الرجل والمرأة ويتم بموجبه تحديد نوعية الجنس الذي يمكن أن يمارساه في المستقبل، عمل خطة يتفق عليها الاثنان.

لنذكر هنا قصة زوجان حصل بينهما مثل هذا الموضوع وفي عيادة أحد الإخصائيين وبعد نقاش طويل ومداولات حصل بينهما الاتفاق التالي:

١ - من وقت لآخر يحصل الزوج على الجنس السريع.

٢ - بالمقابل يقوم الزوج بعد ذلك بمراعاة احتياجات المرأة والإطالة في الجنس مرة أو مرتان في الأسبوع.

٣ - أثناء الجنس السريع على الزوج أن لا يتوقع من الزوجة التجاوب العاطفي معه؛ والسبب كما عرفنا هو أن المرأة تحتاج إلى وقت أطول بكثير مما يحتاجه الرجل في عملية الإحماء والتسخين والهيجان الجنسي.

٤ - أثناء الجنس السريع يمكن للزوج القيام بمعانقة وحضن وتقبيل زوجته وإشعارها بحبه ولو بصورة أسرع من المعتاد.

لو حصل اتفاق الطرفان على خطة معينة فإن ذلك يعني أن المرأة أعطت الرجل الضوء الأخضر للحصول على الجنس السريع وبدون أن يشعر بأي تأنيب ضمير، هذا في الحقيقة أمر ممتاز جداً بالنسبة للرجل.

وكذلك ففي المستقبل فالرجل يمكن له أن يبادر بطلب الجنس السريع بإسلوب تفهمه المرأة وقد وافقت عليه مسبقاً. يمكن للرجل استخدام عبارات كثيرة تدل على مطلبه وفيها احترام للمرأة.

ما يقوله الرجل:

ـ أنا فعلاً متهيّج جنسياً لرؤيتك، لنمارس الجنس.

ـ لقد افتقدتك، دعينا نجد بعض الوقت لممارسة الجنس.

ـ لدي بعض الوقت، هل تودين ممارسة الجنس؟

ـ هل تودين الذهاب إلى غرفة النوم وقضاء بعض الوقت سوياً؟

ـ دعينا نحدد بعض الوقت هذا اليوم لممارسة الجنس.

ـ لنمارس الجنس هذه الليلة.

ـ لا يقول الرجل أي شيء، يذهب إلى السرير ويمد يده نحو زوجته.

ما تقوله المرأة:

ـ ليس لي مزاج في الجنس الآن إلا أنه يمكننا ممارسة الجنس السريع.

ـ آه إنها فكرة جيدة إلا أني مشغولة الآن، يمكن أن نمارس الجنس السريع.

ـ اليوم يمكن أن نمارس الجنس السريع وقد نتمكن غداً من إيجاد الوقت الكافي لممارسة الجنس.

ـ يمكن أن نمارس الجنس السريع وذلك سيساعدني على الاسترخاء وبعدها يمكن أن نتحدث.

ـ طيب، اليوم ليس لدي الوقت الكافي ولا حتى الحالة النفسية للمداعبات، يمكن أن نمارس الجنس السريع. بعض الأحيان أحب أن أشعر بقربك مني، حتى لو أني لا أصل إلى قمة اللذة

ـ الحقيقة أني مصابة بصداع شديد، قد يزول غداً ونتمكن من ممارسة الجنس إلا أنه يمكننا اليوم ممارسة الجنس السريع.

ـ ترد الزوجة قائلة: (هذا شيء جميل، لا تهتم لمشاعري هذه الليلة، تمتع أنت).

لِمَ يتوقف الرجل عن طلب ممارسة الجنس؟

لتعلم المرأة أن أي رفض لطلب الرجل يجرح كرامته ويخدش كبريائه، وكلما حصل مثل ذلك كما قلّت الرغبة عند الرجل في طلب ممارسة الجنس وإذا تكررت عملية الرفض فقد يصل الرجل إلى حالة يتوقف فيها عن طلب ممارسة الجنس كلياً وهذا أمر بالغ الخطورة إذ قد يلجأ الرجل بعد ذلك إلى أماكن أخرى وتبدأ الخيانة الزوجية.

في بداية أية علاقة زواج فإن الزوجين يمارسان الجنس في أي وقت من أوقات اليوم وفي أي مكان تسنح لهما الفرصة. يستمران على هذا المنوال لفترة وبعد ذلك يعودان إلى واقع الحياة ويصطدمان بمشاكلها الكثيرة مثل المشاكل المالية أو تربية الأطفال أو أشياء أخرى كثيرة. وكل ذلك يؤدي إلى التقليل من ممارسة الجنس.

وبالرغم من ذلك فقد يشعر الرجل بعض الأحيان برغبته في ممارسة الجنس ويقوم بطلب ذلك من المرأة، إلا أن جواب المرأة وللأسف غير مشجّع (أعذار مصطنعة)، كأن تقول:

- لا أتمكن الآن إذ بعد قليل سأقوم بتحضير طعام العشاء.
- لا أتمكن الآن، عليّ أن أتصل هاتفياً ببعض الأصدقاء والأقارب.
- لا أتمكن الآن، عليّ أن أذهب إلى الخارج للتسوق.
- لا يوجد لدي الوقت هذه الساعة.
- لا أتمكن الآن، هناك أموراً كثيرة عليّ القيام بها.
- حالتي النفسية متعكرة الآن.
- عندي صداع حاد.
- لا يمكن أن أفكر بالجنس في هذا الوقت.
- أنا أمر في دورتي الشهرية.

في البداية كلما يسمع الرجل جواباً مثل ما ذكرناه سابقاً يقوم من جانبه بمحاولة إيجاد العذر للمرأة ويحاول تصديق أعذارها إلا أنه بعد فترة يصبح من الصعب عليه تصديق ذلك. هنا يبدأ الرجل بالتفكير ويظن أن المرأة ترفضه ولا ترغب في ممارسة الجنس معه. وبناء على ذلك تتولّد لدى الرجل ردة فعل معاكسة لذلك ويتوقف عن المطالبة وينتظر من المرأة إشارة صريحة تدل على رغبتها في ممارسة الجنس معه.

قد يقضي الرجل أوقاتاً طويلة يحاول من خلالها التعرف على حالة المرأة النفسية وعلى أفضل وقت لمفاتحتها في طلب ممارسة الجنس، وقد يتصور الرجل هنا أن المرأة تمانع في ممارسة الجنس لأنها غاضبة عليه أو إنها تحاول معاقبته. وهنا يبدأ التحدي، الله أعلم بالنتائج!!!.

المصيبة هي أن شهوة الرجل الجنسية واحتياجه للجنس تختلف تماماً عمّا عند المرأة، فالمرأة وبطبيعتها تحتاج إلى مقبلات كي تتحرك مشاعرها الجنسية والأدهى من كل ذلك هو أن المرأة نفسها لا تدري ما تريد بالضبط، لا تدري إن كانت راغبة في ممارسة الجنس أم لا؟ لا بد من مساعدة الرجل، مساعدة علمية صحيحة. أما الرجل فهو جاهز وراغب.

هل تحب المرأة ممارسة الجنس؟

الجنس وحب ممارسته ليس حكراً على الرجل وحده فالمرأة أيضاً تحب ذلك إلا أن الفرق كما علمنا هو أن للمرأة احتياجات معينة لا بد من توافرها كي تتمكن من الارتباط برغباتها الجنسية.

وبسبب جهل الرجل بهذه الحقيقة العلمية، لذلك نرى نظرته العامة حول المرأة هي أنها لا تحب ممارسة الجنس.

القاعدة الطبية العامة تقول أن الرجل يبلغ ذروة النشاط الجنسي في سن ١٧ أو ١٨، بينما تصل المرأة إلى تلك المرحلة في سن ٣٦ أو ٣٨. (الرجل أسرع في عملية الجنس وكذلك في مسألة وصوله إلى قمة النشاط الجنسي!).

عندما كان الرجل في سن المراهقة وبدأ عنده النشاط الجنسي كان وقتها يخشى أن تعلم والدته ذلك وتطلعاته إلى الفتيات ومن المحتمل جداً أن يكون قد تولّد لديه شعور الابتعاد عن ممارسة الجنس آنذاك.

وعند الكبر وأثناء اجتماعه بالمرأة التي يحبها ويرعاها، يخرج صوت من عقله الباطن (اللاوعي) يقول: (لا يمكن أن أفكر جنسياً مع تلك المرأة).

قد لا تؤثر تجربة مرحلة المراهقة كثيراً على حياة الرجل الجنسية إلا أنه وبدون أدنى شك لها علاقة بشعورالرجل برفض المرأة له جنسياً وذلك عندما لا تبدي رغبة فورية في ممارسة الجنس. عندما لا تكون المرأة في حالة نفسية تسمح لها بممارسة الجنس مع الرجل آنذاك وبطريق اللاوعي يشعر الرجل بالرفض. أمر طبيعي يحصل لكل الرجال.

ومن أجل التغلب على شعور الرجل هذا يمكن للمرأة مساعدته وذلك عن طريق إفهامه بأنها تحب ممارسة الجنس معه وكذلك قبولها أحياناً بالجنس السريع الذي يعتبر عاملاً مساعداً يساعد الرجل ويؤازره. كذلك يمكن للمرأة مساعدة الرجل وذلك من خلال موافقتها على ممارسة الجنس كلما طلب ذلك منها. وهذه المساندة الجميلة من جانب المرأة سوف لن تذهب سدى إذ أن الرجل سيقدّر ذلك وسيكون شاكراً للمرأة وسيحاول إسعادها ورد الجميل إليها.

شعور الرجل الغير ضروري بالرفض:

في كثير من الأحيان تكون عند المرأة حالة اسمها (عدم التأكد) ويكون احتمال مبدأ الموافقة على ممارسة الجنس موجود إلا أن الرجل لا يراه ولا يدركه. وما ينتج عن ذلك هو توقفه عن المطالبة وشعوره برفض المرأة له بينما الحقيقة هي أن المرأة لم تمانع. وفي بعض الأحيان يقوم الرجل بسؤال المرأة سؤالاً مباشراً، مثل:

- هل تحبين ممارسة الجنس؟
- هل تريدين ممارسة الجنس؟

ـ هل إن حالتك النفسية تسمح لك بممارسة الجنس معي؟

يا سبحان الله على هذه الأسئلة العقيمة، هل يتصور الرجل أن طبيعة المرأة مثل طبيعته؟! إذا كان جواب المرأة لهذه الأسئلة (لا أدري) أو (أنا غير متأكدة) ـ وهذا الجواب غالباً ما يكون على لسان المرأة ـ فما يفهمه الرجل بصورة عامة هو الرفض. يظن الرجل وقتها أن المرأة ترفض طلبه بصورة مؤدبة بينما في الحقيقة هي فعلاً لا تعرف الجواب.

يصعب على الرجل فهم هذه المسألة والسبب أن الرجل بطبيعته يختلف عن المرأة، فعندما يتم سؤال الرجل (هل ترغب في ممارسة الجنس؟) فالجواب يكون عنده واضحاً وجلياً كوضوح الشمس فإما نعم أو لا، حالتان واضحتان ولا تشوبهما أية شائبة. أما المرأة فعندما يتم سؤالها (هل ترغبين في ممارسة الجنس؟) ويكون جوابها (عدم الدراية) فإن ذلك يعني بأنها تحتاج إلى بعض الوقت والاهتمام والكلام من قبل الرجل كي تتمكن من الوقوف على حقيقة رغبتها ورغبة جسدها. لا تتصور أيها الرجل بأن تحاول المرأة المراوغة أو استغلال ذلك الموقف. سيساعد هذا المفهوم الرجل على التغلب على شعور الرفض الذي يقوده بالتالي إلى الكفّ عن المطالبة. المرأة تختلف عن الرجل وعلينا مراعاة ذلك.

المرأة مثل القمر والرجل مثل الشمس:

حالة المرأة في ممارستها للجنس مع الرجل لا تكون مستقرة أبداً، فتارة نراها في حالة ضعف واسترخاء وعدم رغبة، وتارة أخرى نراها عكس ذلك، وكل ذلك التصرف لا علاقة له بالرجل، فالرجل وبالرغم من حبه للمرأة ومن مهارته في ممارسة الجنس فإن المرأة أحياناً لا تصل إلى قمة اللذة الجنسية والسبب في ذلك هو إنها قد لا تكون راغبة في ذلك أو إنها غير قادرة على الوصول إلى تلك المرحلة. نعم غير قادرة على ذلك. هذه الحقيقة مهمة جداً بالنسبة للرجل وعليه أن يفهمها.

أثناء دورة المرأة الجنسية والتي تكون مدتها حوالي ٢٨ يوماً نراها في تلك الفترة أحياناً جاهزة جسدياً وترغب في التمتع بالوصول إلى قمة اللذة (الرعشة)، بينما في أحيان أخرى نراها تفضل الاستلقاء مع الرجل والتمتع بشعور القرب فقط، لا جنس، استرخاء وتمتع بالتقارب العاطفي.

لا شك أن المرأة في مثل هذا الموقف قادرة على ممارسة الجنس مع الرجل ويمكن لها أن تصل إلى الرعشة إلا أن جسدها لا يهتم ولا يبالي أبداً لا بالجنس ولا باللذة الجنسية.

شعور المرأة الجنسي ورغبتها فيه أو عنه له علاقة قوية بحالتها النفسية وبطبيعة جسدها وحاجته. إنها مسألة معقدة. ويمكن أن نشبه ذلك بحالة القمر، فتارة يكون بدراً وتارة أخرى خطاً رفيعاً مثل الهلال، أو أشكالاً أخرى بين البدر والهلال. وخلال كل مرحلة من هذه المراحل فرغبة المرأة الجنسية تكون مختلفة عن المراحل الأخرى ولا يمكن للرجل معرفة الحالة التي عليها المرأة قبل ممارسة الجنس.

لا يمكن للرجل فهم هذه الحقيقة والسبب بكل بساطة أنه ليس مثل المرأة، ليس مثل القمر، إنه مثل الشمس، تلك الشمس التي تشرق صباح كل يوم وعلى وجهها تلك الابتسامة العريضة وتبقى على وضعها ذلك حتى تغيب لتعود صباح اليوم التالي.

عندما يتهيج الرجل جنسياً يكون جسده بحاجة إلى إفراغ ذلك السائل الموجود داخل جسده وإلى الحصول على تلك اللذة. أما إذا لم ينته ذلك التهيج الجنسي بالإفراغ والحصول على تلك اللذة فنرى ذلك الرجل بحالة استياء شعوري وتوتر أعصاب وقد يحصل عنده اضطراب نفسي. يصعب على الرجل فهم الحقيقة عن المرأة، تلك الحقيقة التي تقول بأن المرأة ولكي تتمتع بالجنس فإنها قد لا تريد أو لا تحتاج إلى الوصول إلى قمة اللذة أثناء ممارسة الجنس مع الرجل.

مقياس الرجل لنجاحه في ممارسة الجنس:

عادة ما يقيس الرجل مدى كفاءته ونجاحه في ممارسة الجنس وذلك من خلال متعة المرأة بالعملية الجنسية. فإذا حصل ولاحظ الرجل عدم حصول ذلك المتعة عند المرأة، نرى تعاسة ووجوم وجه الرجل وقد يستمر ذلك لعدة ساعات وهذا بالتالي يؤثر على المرأة، فعندما تلاحظ المرأة ذلك الوجوم على وجه الرجل عندها ستحاول في المستقبل ولأجل تفادي ذلك الوجوم، ستحاول التظاهر بما يسعد الرجل ويرضيه، تتظاهر بالمتعة أثناء ممارسة الجنس وقد تضطر إلى التصنّع. وكل ذلك من أجل إرضاء الرجل.

يولّد هذا التصنّع على المرأة ضغطاً أثناء ممارسة الجنس وقد يمنعها من التمتع بذلك التقرب الجسدي مع الرجل. وإذا استمرت المرأة على القيام بذلك بصورة دائمة فإنها قد لا تجد المتعة الحقيقية في المستقبل، نعم فقد يطغى التصنع عليها إلى درجة لا تتمكن وقتها من التعرف على رغبات جسدها الحقيقية.

إحدى المتطلبات الأساسية في ممارسة الجنس الصحيح هي عدم إجبار المرأة على التصنع أو التظاهر. وهذا أمر يمكن تحقيقه بكل سهولة وذلك من خلال معرفتنا للإختلافات الطبيعية بين الرجل والمرأة، جسد المرأة معقد جداً ويعتبر لغزاً ليس من السهل حلّه.

هل تتمتع المرأة بدون وصولها إلى قمة اللذة؟

الجواب بالتأكيد هو نعم، يمكن للمرأة التمتع بعملية الجنس مع الرجل حتى لو أنها لم تصل إلى تلك اللذة، وإذا فهم الرجل هذه الحقيقة فإن ذلك سيساعد الطرفان على الراحة والشعور بالسعادة، ويساعد الرجل على التوقف عن قياس مدى نجاحه في الجنس وكذلك يساعد المرأة على عدم ضرورة لجوئها إلى التصنع والتمثيل أو التظاهر بوصولها إلى تلك المتعة، ذلك التظاهر الذي من المحتمل أن يؤذيها في المستقبل.

ولكي نقرّب إلى ذهن الرجل فكرة إمكانية تمتع المرأة بالجنس حتى لو إنها لم تصل إلى تلك المتعة (الرعشة)، دعونا نلقي نظرة على تعليقات بعض السيدات:

- أنا لا أحتاج أن أصل إلى تلك النقطة كلما مارست الجنس، عدم وصولي إلى تلك النقطة لا يعني أبداً أن هناك خلل ما ولا يعني عدم تمتعي بالعملية الجنسية.

- بعض الأحيان وضع زوجي يده حول جسدي أثناء ممارسة الجنس أهم بالنسبة لي من الوصول إلى تلك النقطة. أكون سعيدة جداً عندما يقذف هو وتنتهي العملية. أحياناً أخرى أجد الرغبة في الوصول إلى تلك النقطة، وفي الغالب أصل هناك.

- بعض الأحيان أحب أن أشعر بتلك الرعشة ولكن في أوقات أخرى، أكثر ما أحبه هو الملامسة والمداعبة الجسدية.

- بعض الأحيان يعتبر الإكثار من الجنس والمحاولات الكثيرة للوصول إلى تلك النقطة أمراً غير صحيحاً، أحاول الابتعاد عنه.

- أحاول وأحاول وبالتالي الاحظ أن المتعة في ممارسة الجنس قد اختفت وذهبت. أتمنى أن يتمتع زوجي بالعملية الجنسية.

استغراب المرأة لاهتمام الرجل:

في إحدى الدراسات الميدانية والتي تم فيها مناقشة مسألة اهتمام الرجل بمشاعر المرأة أثناء ممارسة الجنس، كان استغراب النساء الحاضرات واضحاً إلى درجة أن إحدى السيدات وقفت وقالت للحضور: (إذا كان الرجل فعلاً مهتماً بمشاعر المرأة فلم إذاً هذه العجلة في حصوله على المتعة وإنهاء العملية الجنسية؟؟!!).

والجواب على ذلك يصبح في منتهى البساطة وذلك من خلال فهمنا

للإختلاف الطبيعي بين الرجل والمرأة.

يظن الرجال وبطريق الخطأ بأن ما يسعدهم في ممارسة الجنس لا بد وأن يسعد النساء أيضاً. فالرجل الذي يكون متمتعاً بممارسة الجنس يتصور أن المرأة لا بد وأن تكون متمتعة أيضاً أثناء ذلك وبنفس السرعة ناسياً تماماً أن المرأة تحتاج بطبيعتها إلى وقت أطول مما يحتاجه هو (كما ذكرنا سابقاً فإن الوقت الذي تحتاجه المرأة هو ست أضعاف ما يحتاجه الرجل)، وأن هناك متطلبات أخرى تحتاجها المرأة كي تتمكن فعلاً من التمتع بالعملية الجنسية.

تعتبر مسألة تمتع المرأة بالعملية الجنسية أكثر تعقيداً مما عند الرجل فهي تحتاج من قبل الرجل إلى مشاعر حب، وقت أطول، ملامسات معينة ومداعبات. وبدون توفّر هذه العناصر فالعملية الجنسية برمتها بالنسبة للمرأة لا طعم لها وتصبح مملة.

عندما لا تريد المرأة الوصول إلى قمة اللذة:

عند ممارسة المرأة للجنس مع الرجل تكون المرأة في بعض الأحيان غير متأكدة مما يريده جسدها، هل يريد الوصول إلى تلك النقطة (الرعشة الجنسية) أم لا؟.

وبمعنى آخر فإن المرأة لا تعرف حالة جسدها في ذلك الوقت إن كانت في مرحلة الحضور الجسدي جيدة أو بين بين، أمر محيّر حتى بالنسبة للمرأة نفسها!؟.

قد تلاحظ المرأة محاولات الرجل لطلب ممارسة الجنس وقد تشعر هي بالرغبة في ذلك أيضاً، تتم عملية ممارسة الجنس وأثناء ذلك تكتشف المرأة بأن جسدها لا يرغب بالوصول إلى تلك النقطة، في هذه الحالة يكون الرجل باذلاً قصارى جهوده في سبيل إسعاد المرأة وذلك عن طريق مساعدتها للوصول إلى تلك النقطة، والمرأة نفسها أيضاً تحاول أن توصل نفسها إلى تلك النقطة. الرجل يحاول وهي أيضاً تحاول إلا أن جسدها وللأسف يرفض كل ذلك ولا

يتجاوب تجاوباً إيجابياً. أمر طبيعي بالنسبة للنساء وقد يحصل لأية امرأة وفي أي وقت.

ما الذي يحصل في مثل هذه الحالة؟ انزعاج واستياء كل منهما. يبدأ الرجل يشعر بأن هناك خطأ ما من جانبه (أسلوبه في ممارسة الجنس) أو من جانبها، وقد يبدأ بوضع اللوم على المرأة. وحتى المرأة فقد تشعر بأن هناك خطأ ما فيها، وهنا قد تلجأ إلى التصنع والتظاهر بمتعتها بالجنس ووصولها إلى تلك النقطة (الرعشة) محاولة منها لإرضاء الرجل، وكما ذكرنا سابقاً فإن هذا التصنع سيكون له آثاراً سلبية وعواقب وخيمة على حياتهما الجنسية مستقبلاً.

وهنا نود أن نقول بأن المرأة التي تدرك أثناء ممارسة الجنس بأنها لن تتمكن من الوصول إلى تلك النقطة، فبدلاً من الاستمرار في المحاولة يمكن لها وبكل بساطة أن تقول كلاماً للرجل يدل على عدم ممانعتها في إسراعه في العملية الجنسية. هذه الكلمات البسيطة يمكن أن يكون لها تأثيراً إيجابياً بالغاً على نفسية الرجل، فهو في هذه الحالة سيقوم بالتركيز على نفسه ومتعته فقط، وهنا وبدلاً من أن يركز الرجل على متعة الاثنين يستطيع أن يغيّر اتجاهه وتفكيره إلى إيصال نفسه إلى تلك النقطة، وكما نعلم فإن ذلك لا يحتاج إلى وقت طويل فالرجل وبطبيعته يمكن له أن ينتهي من العملية الجنسية خلال دقائق معدودة ويكون في منتهى السعادة.

الإعجاب عند الرجل والمرأة:

هناك قاعدة شرعية تقول: (عورة الرجل ما بين سرّته وركبتيه والمرأة عورة مستورة لا يظهر منها إلا وجهها وكفيها).

قد يقول بعض المتفلسفين أو الجهلة إنه لا يوجد أيّ عدل في هذه القاعدة، هناك ظلم واضح وتحيّز، لم هذا الإجحاف بحق المرأة؟! لم أعطيت الحرية للرجل في المزيد من (التعرّي) بينما جعل ذلك محرماً على المرأة؟! لم على المرأة التلفف ووضع كل هذه الملابس على جسدها صيفاً وشتاء بينما سمح

للرجل بوضع قطعة قماش صغيرة على جزء من جسده؟! هل إن الله تعالى في حكمه قد أعطا الحرية للرجل فقط: كلا؟ هل إن هذا العالم الذي نعيشه هو عالم الرجال فقط؟! هل إن المرأة مغضوب عليها في مجتمعنا الشرقي؟! لا شك أن هذه القاعدة الشرعية قديمة ولم تعد تتماشى مع عصرنا الحديث هذا ولا يمكن بأي شكل من الأشكال تطبيقها إذ أن العدل مطلوب والمساواة واجبة؟!.

تمهّل عزيزي القارىء ولا تستعجل الحكم، تذكر أن هذه القاعدة هي قاعدة الخالق عز وجل وهو عالم الغيب والشهادة وهو الذي يعرف طبائع كل المخلوقات التي خلقها ووضع فيها الصفات وهو أعلم بما في داخلهم وفيما يسرون وما يعلنون. وهو أعلم بسايكولوجيتهم.

تمهل وتعلّم طبيعة كل من الرجل والمرأة في الإعجاب والانجذاب الجنسي وبعد ذلك سترى إن هذه القاعدة هي أفضل القواعد التي يمكن أن تقينا شر الفساد الخلقي وتهتك المجتمع وانتشار الجريمة في المجتمع، حقيقة ثابتة وواضحة ولا يمكن المغالطة فيها.

من المعروف وفي كل بقاع العالم عندما تمر امرأة جميلة في طريق الرجل فإن الرجل غالباً ما ينظر إلى تلك المرأة وبعض الرجال يذهبون إلى أبعد من ذلك، تدار رؤوسهم تجاه تلك المرأة وهناك فريق من الرجال يذهب إلى أبعد من كل ذلك إذ يقوم هؤلاء بمعاكسة تلك المرأة وملاحقتها. ينجذب الرجال إلى جمال المرأة، طبيعة فطرية، وقد نهى الله عز وجل عن ذلك في قوله: ﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَـٰرِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ﴾ [سورة النور، الآية: ٣٠] وقال تعالى: ﴿يَـٰأَيُّهَا النَّبِيُّ قُل لِّأَزْوَٰجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِن جَلَـٰبِيبِهِنَّ ذَٰلِكَ أَدْنَىٰ أَن يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا﴾ [سورة الأحزاب، الآية: ٥٩].

أياً كان تصرف الرجل فإن ذلك يغيض الزوجة كثيراً ويزعجها ويولد لديها شعوراً غير ودي تجاه الرجل، تتصور المرأة بأن الرجل إما فاسق أو عنده ميول

للفسق أو إنه ينظر إلى المرأة الأخرى لأنها (أي الزوجة) لا تملي عينيه وهو غير مقتنع بها ولا يراها جميلة.

تعتبر هذه المشكلة ظاهرة عامة ويعاني منها الكثير وفي كل بقاع العالم. وفي الغرب نلاحظ شيوع هذه الظاهرة بدرجة كبيرة، بدرجة أجبرت النساء على القول التالي لأزواجهن: (You can look but don't touch) وترجمته: (يمكنك النظر ولكن لا تلمس)، أي يمكنك النظر إلى النساء الأخريات إلا أنه لا يمكنك لمسهن؟! يا سبحان الله على غرابة تصرف الرجال؟!.

من المهم جداً للمرأة أن تعلم أن هناك فرق كبير في مسألة الإعجاب بين الرجل والمرأة. فأسلوب الإعجاب الفطري عند الرجل هو أسلوب النظر. فعندما يرى الرجل امرأة جميلة فإنه يريد آنذاك وبطريق الفطرة النظر إليها وإلى جميع مفاتنها، هذه هي طبيعته. أما المرأة فطريقة الإعجاب عندها تختلف عن تلك التي عند الرجل فلو شاهدت المرأة رجلاً جميلاً فقد ترغب في التعرف عليه شخصياً، لا وجود لأي شعور جنسي كما عند الرجل. ترغب في التعرف على شخصيته، فما تعجب به المرأة أولاً هو شخصية الرجل وليس جماله الجسدي.

غالباً ما تطلق النساء حكمهن الجائر على الرجل ويصفونه بالتفاهة والسذاجة وقلّة العقل وذلك بسبب انجذابه إلى جمال الرجل أولاً، يتصورون بأن الجمال بالنسبة إلى تفكير الرجل هو مقياسه في حكمه على تلك المرأة.

لا تعلم النساء بأن الرجل يود أيضاً التعرف على المرأة وعلى شخصيتها وعلى أسلوب تفكيرها في الحياة، نعم فالجمال وحده لا يجعل الرجل العاقل يقرر الانقياد والارتباط بتلك المرأة الجميلة، أبداً فالمسألة ليست بهذا الشكل، إلا أن نقطة البداية عند الرجل هي جمال المرأة أولاً ومن ثم التعرف عليها. (بعد معرفتنا لهذه الحقيقة فهل نستغرب لاهتمام المرأة الكبير بمظهرها الخارجي وكذلك اهتمام دور الأزياء والعرض العالمية، فكل سنة تكون هناك تقليعة نسائية جديدة، أما الرجال وأزياءهم فنراها تتغير كل خمس أو عشر سنوات.

إنها علم نفس مدروس جيداً من قبل دور الأزياء العالمية).

طريقة التعرف عند الرجل تبدأ بانجذاب الرجل إلى جمال المرأة أولاً وبعد ذلك يحاول التعرف عليها وعلى شخصيتها. هذه طريقة الرجل، أما طريقة المرأة في الإعجاب فهي تبدأ من محاولة التعرف على شخصية الرجل أولاً.

تصرفات نسائية خاطئة:

أجريت دراسات عديدة حول هذا الموضوع وقد ذكر الإخصائيون نقاطاً كثيرة ومهمة جداً يجدر بكل امرأة الانتباه إليها والابتعاد عنها.

هناك نقاط عديدة جداً وكلها مهمة إلا إني لن أتمكن من ذكر كل هذه النقاط وذلك بسبب الاختلاف في طبيعة المجتمعات والتقاليد. نعم سأذكر هنا ما يتماشى مع مجتمعنا الشرقي فقط، وهذه النقاط هي:

١ - تتصرف المرأة وكأنها لا تحب ممارسة الجنس:

هناك بعض النساء يتصرفن مع الرجال بطريقة تغضب الرجل وتدفعه إلى العزوف عن ممارسة الجنس. وأفضل ما يكن ذكره هنا هو تعليق أحد الأزواج حيث قال: (أكره تصرف زوجتي عندما أشعر أنها تمنّ عليّ بالجنس، لا شك إنها لم تقل ذلك إلا أن تصرفاتها تدلّ على مثل هذا النحو. تصرفاتها كأنها تقول: أأأأأه. طيب دعنا نقوم بممارسة الجنس وننتهي منه كي لا تزعجني بعد ذلك لفترة طويلة).

وهناك أشياء أخرى تقولها المرأة أو تفعلها وكلها لها نفس المدلول، منها:

- تعليقاتها الساخرة حول الجنس وممارسته.
- تبدي بعض الممانعة في القيام بالعملية الجنسية.
- تقوم بتوجيه انتقادات للرجل.
- تتظاهر بأن الجنس غير مهم بالنسبة لها وإنها تمارسه فقط لإرضاء الرجل.

٢ ـ عدم مطالبة المرأة ممارسة الجنس:

لنقرأ هذا التعليق: (ما أكرهه هو عدم طلب زوجتي ممارسة الجنس، لا بد وأن أكون أنا الذي يقوم بذلك الطلب. وطبعاً أضطر إلى التوسل والتودد خوفاً من رفضها. أكره ذلك كرهاً شديداً).

هذا الأسلوب لا يحبه الرجال حيث يشعر معظمهم بأن المرأة تحاول السيطرة عليهم من خلال الجنس أو إنها تحاول التلاعب بعواطفهم وبأعصابهم، وهذا ما يثير غضب الرجال ويزعجهم.

٣ ـ تظاهر المرأة بالغرابة والاشمئزاز من جسم الرجل وأعضائه التناسلية:

هذا التصرف أيضاً يزعج الرجل حيث يجعله يشعر بعدم حب المرأة له ولجسده.

٤ ـ تجعل المرأة الرجل مسؤولاً عن وصولها إلى قمة اللذة (الرعشة):

كما عرفنا سابقاً فإن الرجل يحاول دائماً إسعاد المرأة أثناء العملية الجنسية، وإن مسألة وصولها إلى تلك النقطة أمر مهم بالنسبة للرجل وبعضهم يجعلها مقياساً لمدى نجاحه أو فشله في الجنس. وعندما لا تصل المرأة إلى تلك النقطة نرى لذة الرجل لا تكتمل حيث يصيبه بعض الأسى.

وهنا نقول للمرأة أن لا تزيد غمّ الرجل إذ يكفيه تأنيب ضميره له، وهو لا يحتاج إلى المزيد من التعنيف أو تحميل المسؤولية.

٥ ـ تتصرف المرأة وكأنها شرطي مرور في الفراش:

تقوم بعض النساء أحياناً بتوجيه تعليمات إلى الرجل حول كيفية البدء في ممارسة الجنس، وتستمر في توجيه التعليمات طيلة فترة ممارسة الجنس. هي المسيطرة وهو آلة تسيّرها المرأة كيفما تريد وترغب؟؟!! ما أكره ذلك بالنسبة للرجل.

الكل يريد، فهو يريد وهي تريد أيضاً، وبما أننا شخصان مختلفان ننتمي إلى جنسين مختلفين فلا بد إذاً من حصول بعض المفارقات أثناء العملية الجنسية، فقد يحاول الرجل القيام بعمل ما أو يحاول ملامسة منطقة ما من جسد المرأة ولا تكون المرأة آنذاك راغبة، في مثل هذه اللحظات وهذه المواقف يكون الرجل في منتهى الحساسية وقد تقول المرأة شيئاً يثير غضبه ويحطم معنوياته وكبرياءه، وبدلاً من قضاء وقت ممتع تنقلب الآية ويحصل بينهما خصام قد يمتد أثره عدة أيام. وإذا استمرت المرأة على هذا التصرف في المستقبل، فإن ذلك سيؤثر على الرجل تأثيراً سلبياً حيث ستقل رغبته في ممارسة الجنس مع تلك المرأة وقد يقرر التوقف كلياً (والله أعلم بما قد ينتج عن ذلك).

على المرأة أن تكون في منتهى الحذر والحيطة أثناء ممارستها الجنس مع زوجها، فإذا لامست يده جزءاً منها وهي غير راغبة بذلك، فبدلاً من الاستياء وتعنيف الرجل، عليها أن تمسك بيد الرجل وتحولها إلى مكان آخر ترغب أن يلامسه الرجل وهنا وبكل تأكيد سيفهم الرجل مراد المرأة وسيلبي ذلك.

يحاول الرجل أثناء العملية الجنسية إسعاد المرأة وإذا لاحظ أي تصحيح غير جارح لكبريائه وكرامته فإنه سيقوم بذلك فوراً وبدون أي تأخير ولا يصر على ما يزعج المرأة.

٦ ـ عدم تجاوب المرأة مع الرجل، تكون وكأنها جسد لا حياة فيه:

عدم تجاوب المرأة جسدياً أو شعورياً يجعل الرجل يشعر بالفشل، وإذا استمر ذلك فإنه سيؤثر على أحاسيسه ومشاعره ورغبته في الجنس مع تلك المرأة.

٧ ـ إكثار المرأة الكلام أثناء ممارسة الجنس:

عدم توقف المرأة عن الكلام أثناء ممارسة الجنس يؤثر على نفسية

الرجل تأثيراً سلبياً، فالرجل بصورة عامة يحب التركيز ولا يحب المقاطعة.

ونقطة أخرى ألا وهي شدة حساسية الرجل في غرفة النوم، فقد تقوم المرأة بإطلاق بعض العبارات التي يكون لها تأثيراً سلبياً على نفسية الرجل، وبدلاً من الهيجان الجنسي نرى رغبة الرجل في ممارسة الجنس تندثر وتختفي. وهنا يتعكر المزاج وتكون تلك الليلة من الليالي المحزنة بدلاً من الليالي المفرحة. ومن هذه العبارات التي قد تقولها المرأة:

- إنك لا تقوم بعمل صحيح، هذا خطأ.
- أنا لا أحب ذلك.
- آه. إن ذلك مؤلم.
- لا تلمسني بهذا الشكل.
- هذا يدغدغ (يزغزغ).
- ليس بهذا الشكل.
- لم يحن الوقت بعد.
- ليس هناك.
- أنا غير مستعدة، إلى آخره من العبارات.

لهذه العبارات أسوأ الوقع على مسامع الرجل وقولها وتكرارها يؤدي إلى انقلاب وتدهور في حالة الرجل النفسية ويدفع حالته النفسية من حالة الرغبة إلى حالة البرود.

في الفراش غالباً ما يكون هدف الرجل هو إسعاد المرأة وفي هذه الحالة يكون الرجل في منتهى الحساسية تجاه الانتقادات السلبية التي قد تطلقها المرأة. فإذا قام الرجل بخطأ ما وسمع انتقاد لاذع من قبل المرأة عندها يفقد الرجل الكثير من شعور الحب والإنجذاب تجاه المرأة، وهنا على المرأة أن تعرف الحقيقة التي تقول بأن مشاعر الرجل قد جرحت وهو

يحتاج إلى بعض الوقت كي يعود إلى حالته للرغبة الجنسية ثانيةً.

لنلق نظرة على هذه الحالة، الزوج والزوجة في غرفة النوم وأثناء شروع الزوج في مداعبة زوجته قالت الزوجة بشكل ينمّ على الانزعاج (ليس هكذا). وبعد قليل قالت (أنا لا أحب ذلك). وبعدها (هذا يدغدغ) وهنا تغيرت حالة الزوج النفسية واختفت حالة الهيجان الجنسي وحلّ محلها برود وفتور. توقف الزوج وانتقل إلى الجانب الآخر من السرير، وهنا سألت الزوجة (ما الذي حصل؟) لم يرد عليها الزوج والتزم جانب الصمت، وبعد عدة ثوان قالت الزوجة: (ألم نكن في طريقنا لممارسة الجنس؟) ردّ عليها الزوج قائلاً (نعم) وهنا قالت الزوجة (طيب. هل إننا سنكمل ذلك؟) وهنا رد عليها الزوج قائلاً (لا؟) بعد ذلك أدار لها ظهره إشارة منه إلى انتهاء الموضوع وعدم رغبته في الاستمرار.

تصور عزيزي القارىء التأثير النفسي لتلك الليلة على كل من الرجل والمرأة، تصور تلك الليلة واليوم أو الأيام التي تلت؟ ما سبب كل ذلك؟ الجواب معروف ولا داعي لتكراره. هنا نود أن نقدم معلومة مفيدة للرجل: إذا حصل مثل هذا الموقف وحصل برود جنسي فعليك أن تحاول التحكم بمشاعرك آنذاك ولا تترك المرأة، حاول أن تتظاهر بأن كل شيء على ما يرام واستمر، فبعد قليل ستعود إليك حالتك الطبيعية وتتمكن من إكمال ما ابتدأت به. وبعد ذلك يمكنك أن توضح للمرأة مدى حساسيتك تجاه تلك الانتقادات وتطلب منها عدم تكرار مثل ذلك. يمكن لك أن تطلب من المرأة أن تعبّر عن رأيها بطريقة ذكية لا تجرح كبرياءك ولا تسبب عندك البرود الجنسي.

٨ ـ عدم اهتمام المرأة بنفسها:

هناك أمور كثيرة تدخل في هذا المجال، نذكر منها التالي:

ـ عدم إزالة المرأة للشعر من المناطق الغير مرغوب فيها.

- عدم اهتمام المرأة برائحة فمها.
- ارتداء المرأة ملابس غير لائقة.
- عدم اهتمام المرأة بنظافة ورائحة جسدها.
- عدم اهتمام المرأة بطبيعة جسدها.
- وضع المرأة الكثير من الماكياج والمساحيق.

٩ - تشكي المرأة الدائم من مظهرها الخارجي:

يحاول الرجل أن يكون ودوداً ولطيفاً مع زوجته وذلك من خلال إطلاق عبارات المديح والإعجاب. إلا أن الزوجة ترد عليه قائلة (شكلي قبيح)، (انظر إلى وزني الذي زاد كثيراً) (انظر إلى شعري المجعد الذي حيرني ولا أدري ما أفعل). (انظر إلى قباحة فستاني) وهكذا. يكون تأثير ذلك على الرجل تأثيراً سلبياً إذ أن الرجل وبمرور الزمن سيقتنع بما تقوله المرأة، أي قباحتها ولن يرغب في التقرّب منها.

١٠ - اهتمام المرأة الزائد عن حدّه بمظهرها الخارجي:

وضع الكثير من الماكياج، الاهتمام الخارج عن حده، ارتداء المجوهرات الكثيرة، أظافر طويلة بالألوان. كل ذلك يدفع الرجل إلى الوراء. يعطيه شعور بضرورة عدم اللمس وعدم العبث بذلك الترتيب المهم جداً بالنسبة للمرأة.

١١ - جدية المرأة المستمرة في كل المجالات والأوقات:

من وقت لآخر يحتاج الرجل إلى أن يتصرف تصرفات فيها نوع من الدعابة وروح المرح، يحتاج إلى أن يشعر بروح الطفل الصغير الذي في داخله، يحتاج إلى التخلص من شعوره بالمسؤوليات الكثيرة الملقاة على عاتقه. يحتاج أن تفهم المرأة ذلك وتشاطره الشعور. جدية المرأة المستمرة لا تسمح له بذلك إذ إنها تذكره بسيطرة المدرس في المدرسة

وسيطرة والدته عليه أثناء طفولته، وهذا واحد من الأسباب الرئيسية التي تعيق الرجل وتمنعه من التقرب إلى تلك المرأة.

١٢ ـ غيرة المرأة الزائدة عن حدّها:

بعض النساء لديهن غيرة كبيرة جداً غير مقبولة، تعيش المرأة حالة قلق دائم وتحاول السيطرة على الرجل وتقوم من وقت لآخر بإتهامه بالخيانة الزوجية أو بمحاولته ذلك. هذا التصرف من قبل المرأة له أسباب نفسية واجتماعية كثيرة ولا يمكن وضع كل اللوم عليها (ليس هذا مجال كلامنا هنا)، ما نود قوله هو أن مثل هذا التصرف يجنن الرجل ويرهق أعصابه ويجعله يبتعد عن المرأة ولا يود التقرب منها.

١٣ ـ تتصرف المرأة بسطحية وجهل في كلامها:

لا شك أن جمال المرأة مهم بالنسبة للرجل إلا أن هناك نقطة أخرى مهمة جداً بالنسبة له، ألا وهي ثقافة المرأة العامة فالرجل يودّ أن يكون مع امرأة يفتخر بها، على مستوى من الثقافة الاجتماعية العامة، امرأة تستطيع مشاركة الحضور الحديث. وهنا نقول للمرأة أن عليها التقليل من الاهتمام الزائد بمظهرها الخارجي والانتباه إلى موضوع الثقافة العامة.

١٤ ـ تركيز المرأة على حالة الرجل المادية وليس عليه شخصياً:

تحاول المرأة استغلال الرجل مادياً وتركز كل جهودها على الحصول على المال بشكل يثير اشمئزاز الرجل ويجعله يشعر بأن المرأة لا تحبه ولا تحترمه وكل همها الحصول على المال.

١٥ ـ ذكر المرأة أحداثاً من الماضي:

وهذا يخص النساء اللائي كن متزوجات في السابق، كأن تتحدث المرأة عن أمور حلوة أو مرة حصلت مع زوجها السابق. هذا التصرف يثير حنق الرجل ويثير أعصابه (حتى لو كان الزوج السابق قد توفّى).

١٦ - **لبس المرأة ملابس داخلية غير لائقة:**

كأن تلبس المرأة ملابس قديمة بالية، ملابس غير نظيفة، ملابس ذات مقاسات غير صحيحة كأن تكون صغيرة جداً أو كبيرة.

كل ذلك يؤثر على نفسية الرجل تأثيراً سلبياً ويبعده عن تلك المرأة.

عبارات يمكن للرجل قولها للمرأة:

في غرفة النوم وأثناء المداعبات تكون طبيعة الرجل في الغالب هي الصمت، وحتى لو تكلم فإنه لا يقول عبارات أو جمل كاملة مفيدة. هذه طبيعة الرجل وبناء على ذلك فإنه يفضّل أن تكون المرأة مثله، لا تتكلم كثيراً.

إنها مشكلة، على الرجل أن يدرك أن المرأة وبطبيعتها تحب الكلام وقول جملاً مفيدة وعلى الرجل مجاراة المرأة في ذلك.

المسألة هنا هي ما الذي يمكن للرجل قوله في تلك اللحظات الحرجة؟ هل يمكن له أن يتذكر أي شيء في وقت تكون الشحنات الكهربائية قد سرت في سائر جسده بسرعة رهيبة؟

أفضل ما يمكن للرجل قوله هو عبارات تسر المرأة وتثيرها جنسياً وتجعلها محبة له وراغبة في ممارسة الجنس معه.

طبعاً هناك الكثير من الأشياء التي يمكن للرجل قولها، ونذكر هنا بعضاً منها:

- أنت امرأة جميلة جداً.
- أنت حلمي الذي تحقق.
- أنا أحبك حباً كبيراً.
- أحب أن أشارك حياتي معك.
- عندما أنظر إليك أشعر برغبة في التقرب إليك جسدياً.

- أحب ملامسة بشرتك الناعمة الطرية.

- أحب أن أضمك بين ذراعي.

- كل حبي هو ملك لك.

- يعجبني ممارسة الجنس معك.

- (يمكن للرجل التغزّل بمفاتن المرأة وبأعضاء جسدها) فغالباً ما تنتظر المرأة سماع مثل ذلك من الرجل إذ أن ذلك يزيد من ثقتها بنفسها.

كل هذه الجمل والجمل الأخرى المشابهة تعجب المرأة وتساعدها على الشعور بالحب، ذلك الشعور الذي يقود بالمرأة إلى الاتصال بعواطفها ورغباتها الجنسية وبالتالي يظهر مفعولها في غرفة النوم وحتى خارجها.

الفصـل الثالث عشر

أخطاء شائعة

أخطاء نسائية شائعة

معظم النساء يشعرن بأن هناك خلل ما في علاقتهن مع الرجال إلا إنهن وبالرغم من ذلك الإدراك لا يتمكن من معرفة ذلك الخلل أو كيفية إصلاحه. وكجزء من تحسين العلاقة بين المرأة وزوجها أو خطيبها أو حبيبها أو حتى والدها أو أخوها أو رئيسها في العمل عليها أن لا تنظر إلى تصرفات الرجال فحسب بل يجب عليها أن تنظر إلى تصرفاتها أيضاً.

هناك أخطاء كثيرة ترتكبها المرأة في حياتها اليومية مع الزوج وتلك الأخطاء تؤثر على العلاقة الزوجية تأثيراً سلبياً. وهنا نود أن نذكر بعضاً منها:

١ ـ تتصرف المرأة وكأنها أمّ لذلك الرجل وتعامله معاملة الأطفال:

لا شك أن الإكثار من أي شيء يؤدي إلى نتائج سلبية، فالدواء مثلاً مصنوع لمساعدة الناس على الشفاء إلا أن الإكثار من تناول الجرعات يؤدي إلى عكس ما هو متوقع وقد يؤدي إلى الموت. كلنا يعلم هذه الحقيقة.

عزيزتي المرأة هل تتذكرين قولك هذه العبارات للرجل الذي تحبين:

أ ـ لا تنسى أن تأخذ معك محفظة النقود قبل خروجك من الدار.

ب ـ هل قمت بدفع فاتورة الماء والكهرباء؟

ج ـ الجو في الخارج بادراً جداً، لا تنسى أن ترتدي الملابس المناسبة.

د ـ كم مرة قلت لك أن لا تترك المناشف المبللة على الأرض!.

هـ ـ الغذاء في المطاعم غير صحي وعليك أن تتجنبه وتأكل في البيت.

و ـ غداً عليك أن تذهب إلى المطار مبكراً ولا تتأخر عن موعد إقلاع الطائرة.

هذا الخطأ شائع جداً في الوسط النسائي وهو خطأ مدمّر للعلاقة بينهن وبين الرجال. فالمرأة تعتقد أن الرجل لا يستطيع الاعتناء بنفسه أو ترتيب حياته. تعتقد أن الرجل غير مؤهّل للقيام بذلك بنفسه وإنه يحتاج إليها لكي تدير وتدبّر حياته.

قد تقول المرأة (هذه حقيقة، فالرجل الذي أنا معه كثيراً ما يرتكب أخطاء أو ينسى أشياء مهمة جداً ولو تركته لوحده بدون ملاحظة لانهار علينا سقف المنزل. لا بد لي من التدخل وترتيب الأمور).

قد يكون ما تدعيه المرأة حقيقة وله أساس من الصحة إلا أن ذلك ليس مجال بحثنا هنا، فما نود التركيز عليه وذلك لأهميته البالغة وتأثيره الفعال على العلاقة بين الرجل والمرأة هو التالي: عندما تعامل المرأة الرجل على إنه طفل صغير فإنه سيتصرف تصرف الأطفال. وإذا عاملته على إنه غير كفوء فإنه سيتصرف على ذلك النحو.

هناك طرق كثيرة تتصرف المرأة من خلالها تصرف الأم وتعامل الرجل معاملة الطفل. ومن الأمثلة على ذلك:

أ ـ تقديم المساعدة الزائدة عن حدها للرجل حيث تقوم المرأة ببعض الأعمال نيابة عنه، تقوم بتلك الأعمال التي كان ينبغي على الرجل القيام بها، كأن تقوم بالبحث عن قميصه الذي يود ارتدائه والرجل جالس لا يحرك ساكناً، أو أن تقوم بتعديل ربطة عنقه مع إطلاق بعض الانتقادات أو التعليقات الساخرة. أو قيامها باختيار الملابس التي سيرتديها الرجل في الصباح وتقوم بوضعها أمامه. تقوم بذلك بصورة دائمة ومستمرة.

ب ـ محاولة المرأة الحصول على بعض المعلومات وذلك عن طريق الظن والاعتقاد. تحاول المرأة التعرف على ما ينوي الرجل القيام به وما يود ويرغب وذلك عن طريق الاعتقاد والظن مبتعدة عن أسلوب المباشرة الصحيح، كأن تقول:

ـ (أنا أعلم إنك ستعود إلى البيت جائعاً، هل تريد فاصوليا يابسة؟ أو فاصوليا خضراء مع رز إذاً؟ هل تحب الباميا بدل الفاصوليا؟ هل ترغب في الخروج لتناول الغداء في المطعم؟).

ج ـ اعتقاد المرأة بأن الرجل سينسى أموراً مهمة تتعلق به وتحاول تذكيره، كأن تقول له:

ـ (لا تنسى فاليوم موعدك مع طبيب الأسنان في الساعة كذا).

ـ (لا تنسى أن تمر على والدك بعد انتهاء العمل فقد طلب منك ذلك).

ـ (عند عودتك من العمل لا تنسى إخراج الكراسي والطاولة إلى الحديقة فاليوم سيكون عندنا ضيوف ويودون الجلوس في الخارج).

ـ (لا تنسى إقفال الأبواب وإطفاء الأنوار قبل الإيواء إلى الفراش ليلاً).

د ـ تعنيف المرأة الرجل ومعاملته معاملة الأطفال، كأن تقول المرأة للرجل:

ـ (أين أنت ذاهب؟؟ ألا تعلم أن الجو في الخارج بارد جداً وعليك ارتداء ملابس واقية).

ـ (كم مرة يجب عليّ أن أذكّرك بضرورة إطفاء الأنوار قبل الإيواء إلى الفراش! ألا تعلم أن فاتورة الكهرباء كانت عالية جداً بسبب إهمالك هذا!).

ـ (ليس من المستغرب أن تكون بطنك كبيرة ومتدلية فإنك دائم الأكل بنهم وشراهة ولا تعرف متى تتوقف عن الأكل؟).

ـ (ما جرى لذاكرتك؟ ألا تعلم أن ما تتحدث عنه غير صحيح، ألا تتذكر ما حصل بعد ذلك).

هـ ـ قيام المرأة بأمور كان المفروض أن يقوم بها الرجل. تتصرف بالنيابة عنه. كثيراً ما نسمع النساء يقولن:

ـ (لو لم أقم أنا بذلك العمل لما تم إنجازه فأنا أعرف زوجي جيداً).

ـ (أكثر من مرة طلبت من زوجي أن يتصل بشركة الهاتف لإصلاح العطل، لم يقم بذلك وأنا قمت بذلك. من الآن فصاعداً أنا سأتولي مثل هذه الأمور).

ـ (كلما قام زوجي بشراء ملابس للأطفال كانت النتيجة غير مسرّة. من الآن فصاعداً سوف لن أسمح له بالقيام بذلك وسأقوم أنا بتلك المهمة).

و ـ تصحيح المرأة أخطاء الرجل وتوجيهه. كأن تقول المرأة:

ـ (لا، هذا غير صحيح فالرجل الذي قابلناه كان من منطقة كذا وليس كما تقول).

ـ (إذا كنا سنذهب إلى بيت فلان في محافظة كذا فالمفروض أن نأخذ الطريق الفرعي بدلاً من الطريق العام إذ إنه أفضل وأقصر. وعندما نصل إلى النقطة كذا فبدلاً من الاستدارة هناك عليك أن تستمر وبعد ذلك تقوم بالاستدارة عند النقطة كذا). وهناك أمثلة أخرى كثيرة.

هذه أمور تقوم بها معظم النساء ولا شك إنها تؤثر على العلاقة تأثيراً سلبياً. السؤال هنا هو: هل أن المرأة تقوم بذلك لتغيظ الرجل وتدفعه إلى العصبية وتوليد المشاكل وهل إنها تهوى المشاكل وتحاول جاهدة وبصورة دؤوبة على إيجادها؟؛ إذا كان الجواب بالنفي (وهو الجواب الصحيح إذ أن المرأة لا ترغب في ذلك) فما هو الدافع الحقيقي إذاً؟.

إهدأ عزيزي الرجل، وكن على ثقة من حب تلك المرأة لك وإنها تحاول جاهدة إسعادك. لا شك أنك لا تحب مثل هذه الأعمال التي تصدر عن المرأة نعم لا شك إنها تثير اشمئزازك وتحرق أعصابك، لا شك من ذلك إلا أنه عليك أن تعرف السبب الحقيقي الذي يدفع المرأة إلى مثل هذا التصرف. فلو كان

السبب عدوانياً فلك كل الحق في الزعل والخصام والعصبية وحتى الفراق والابتعاد الأبدي عن تلك المرأة، كيف لا وإنها عيشة تقصّر العمر. إلا أن الحقيقة ليست كذلك، إنها العكس بالضبط! نعم، فتصرف المرأة هذا طبيعي جداً وهو صادر من منطلق حبها لك! إنه تصرف جبلت عليه منذ الطفولة.

تعالى معي ولنعود إلى طفولة تلك المرأة ولننظر إليها وهي طفلة صغيرة، هذه الطفلة نشأت في بيت يضم أب وأم ومن المحتمل أخوة وأخوات. كان مثلها الأعلى في ذلك البيت هو والدتها وكانت دائمة النظر والمراقبة لتلك الوالدة التي كانت تعتني وتهتم بأمور المنزل، تهتم بجميع أفراد العائلة ومن ضمنهم زوجها، كانت تحاول توفير وتقديم المساعدة المستمرة للجميع.

نشأت هذه الطفلة الصغيرة وتربّت على هذه المبادىء والقيم وظنّت أن دورها في الحياة هو كدور أمها التي كانت دائمة الاهتمام والسهر على راحة جميع أفراد العائلة ومن ضمنهم الرجل. وإذا كانت والدتها من النوع الذي ينسى نفسه ويسهر على راحة الجميع بصورة مستمرة فإن هذه الطفلة ستحاول أن تكون مثل والدتها عند الكبر وستظن أن الأعمال التي ذكرناها سابقاً والتي تؤثر على نفسية الرجل تأثيراً سلبياً هي أمور طبيعية ويجدر بها كزوجة القيام بها. تعلمت كل ذلك من أمها في الصغر وتحاول الآن أن تكون مثلها.

إعلم عزيزي القارىء إن مثل هذه التصرفات من قبل المرأة لها نتائج سلبية على الطرفين وليس على طرف واحد، طرفك فقط، نعم فتأثير ذلك على الرجل وبتكرار مثل هذه الأمور يومياً سيجعل الرجل يعيش في حالة صراع نفسي وعصبي وبمرور الزمن فإنه سيتعوّد على ذلك ويصبح إنساناً إتكالياً يعتمد على زوجته في القيام بكل الأمور (إنساناً كسولاً خاملاً) والنتيجة إنه سيمقت ذلك وسيفقد حبه لتلك المرأة.

أما المرأة فإنها وبمرور الزمن ستصل إلى مرحلة ترى فيها كسل الرجل وإتكاله واضحاً وجلياً وهنا ستثور وتنقلب على ذلك الواقع الأليم، الواقع الذي

وبدون أية دراية كانت هي السبب في إيجاده، مسكين كل من الرجل والمرأة.

قد يقول الرجل: (هذا الكلام صحيح إلا أنه لا بد من وجود أسباباً أخرى تدفع المرأة إلى تصرفها هذا وتعاملني معاملة الأطفال).

الجواب هنا هو نعم، فالمرأة تقوم بمثل هذه الأعمال وتتصرف بهذا الشكل عندما تشعر بحاجتها إلى المزيد من حب الرجل.

تقول الزوجة وداد التي مضى على زواجها من حسين أكثر من عشرين عاماً: (عندما أشعر بأني لا أحصل على الحب والرعاية الكافيان من قبل زوجي فإني أعود إلى تصرفي الأمومي، أبدأ بإعداد الطعام الذي يفضّله زوجي، أقوم بتنظيم حاجياته المنزلية وأبذل جهداً كبيراً لتوفير كل ما يحتاج إليه. الحقيقة ما أحتاج أنا إليه في ذلك الوقت هو المزيد من الحب والحنان من زوجي. أحتاج إلى تقرّبه مني أكثر، أحتاج إلى أن أشعر بأنه حبيب وليس زوج فقط).

هناك سبب آخر يدفع المرأة إلى هذا التصرف ألا وهو الخوف، خوفها أن يتركها الرجل. تحاول المرأة أن تشعر الرجل بأنه لا يستطيع تدبير حياته بنفسه ولو تركها فإنه حتماً سيتيه في الربع الخالي ويواجه الرمال المتحركة التي أكلت الكثير من الرجال. تلك الرمال التي كادت أن تؤدي بحياة الفارس المغوار عنترة بن شداد. تتصور المرأة أن قيامها بتلك التصرفات وجعل الرجل إتكالياً سوف يؤمّن لها وجوده معها ولن يتركها أبداً.

وهناك سبب آخر لتصرف المرأة هذا وهو تصوّر المرأة بأن الرجل يحب ذلك. هذا التصور فيه نوع من الصحة، فالرجل الذي تربّى على يد والدته التي اهتمت به لسنوات طويلة لن يمانع الآن في السماح للمرأة التي تعيش معه بالاهتمام به، خصوصاً إذا كانت والدته قد قصّرت في اهتمامها به عند الطفولة.

عزيزتي المرأة، قد يكون لتصرفك هذا بعض النتائج الإيجابية في البداية إلا أنه ومهما كانت الأسباب ومهما كانت الدوافع، فإن هذا التصرف وبدون أي

شك سيؤثر على علاقتك بالرجل تأثيراً سلبياً وقد يدمّر تلك العلاقة، نعم قد يقود إلى الطلاق.

قد يحب الرجل في البداية ذلك النوع من التصرف من قبل المرأة إلا أن ذلك لن يستمر طويلاً وبالتأكيد فإن الرجل سيصل إلى حالة يرفض ذلك التصرف وقد يرفضك أيضاً، فالطفل في بداية حياته يعتمد على والدته في كل شيء وينتظر من والدته مساعدته في تدبير أموره إلا أن ذلك الطفل عندما يكبر قليلاً يبدأ بالتفكير في الاستقلالية والاعتماد على النفس. فكلنا نلاحظ الطفل يصل إلى مرحلة يحاول فيها ربط حذائه بنفسه ويرفض مساعدة والدته له يحاول أن يعتني بمظهره الخارجي ولا يتقبّل أية مساعدة خارجية ولا حتى من والدته التي دأبت على القيام بذلك في الماضي. قامت بذلك ولم يبد أية مقاومة أو رفض؟! ما الذي حصل الآن ولم هذا التصرف الجديد من قبل الطفل؟ الجواب هو أن ذلك الطفل وصل إلى مرحلة يحاول فيها أن يثبت لنفسه وللآخرين بأنه أصبح رجلاً وإنه يستطيع الاعتناء بنفسه ولم يعد بحاجة إلى أية مساعدة خارجية. **هذه طبيعة الرجال، الاستقلالية والاعتماد على النفس.**

لذلك فعندما تحاولين القيام بدور الأم مع الرجل فحتى لو أنه لم يفصح عن ممانعته وعدم رغبته في ذلك واستيائه فإنه لا بد من قيامه برفض ذلك التصرف. المسألة مسألة وقت لا أكثر. المصيبة قادمة ولا محال. وإذا لم تتوقفي عن هذا فإنه سيرفضك أيضاً. هذه حقيقة ثابتة وعلى المرأة أن تدرك ذلك. عليها الابتعاد عن القيام بذلك، وإذا كانت قد ابتدأت ذلك فعليها التوقف حالاً قبل فوات الأوان.

لننظر إلى هذه الحكاية وهي واحدة من آلاف الحكايات التي حصلت فعلاً. ذهبت محاسن البالغة من العمر خمسين عاماً إلى إحدى العيادات الخاصة وقالت للطبيب النفساني: (مضى على زواجي من خليل البالغ من العمر خمسة وخمسين عاماً أكثر من ثلاثين عاماً والآن اكتشفت أن له علاقة غرامية بسكرتيرته

البالغة من العمر ثمان وعشرين عاماً. لا أدري ما الذي حصل لخليل وما الذي دفعه إلى مثل ذلك التصرف؟! طيلة سنوات الزواج كانت القناعة بادية عليه ولم يبد أي تذمر يذكر. لا شك إني دلّعته وقمت بجميع الأعمال نيابة عنه وكنت دائمة السهر على راحته حتى أنه ذات مرة اعترف وقال بأنه لم يحظ بمثل هذه العناية والاهتمام من قبل والدته عندما كان طفلاً صغيراً. الآن وبعد كل ما قدمته له يقول لي بأنه يشعر بإختناق في حياته معي ويشعر بأنه واقع في مصيدة ويودّ استعادة حريته. المصيبة أنه لم يشتكي طيلة حياتنا الزوجية، لا أدري ما الذي دهاه؟.

بعد عدة أيام وبناء على طلب الطبيب النفساني ذهب الزوج خليل إلى عيادة الطبيب النفساني وتكلم فقال: (أشعر أنه آن الأوان لأن أقايض أماً ـ والمقصود بها الزوجة ـ بحبيبة أصغر سناً ـ والمقصود بها السكرتيرة ـ أشعر أنه لا بد لي من استعادة حريتي التي فقدتها في ذلك الزواج).

مأساة حقيقية حصلت ومن المحتمل حصولها في أية علاقة بين الرجل والمرأة، ظنت محاسن أن تصرفها هذا سيعود على زوجها خليل بالراحة والسعادة إلا أن نتائجه كانت عكس ما توقعته، نعم حصل العكس.

عزيزتي المرأة، لا تحاولي أبداً معاملة زوجك على أساس إنه إنسان غير كفوء وتحاولي القيام بكل شيء. تأكدي أنك إذا قمت بذلك واستمريت على هذا المنوال فإن الرجل وبمرور الزمن سيشعر بعدم الكفاءة وعند ذلك سيشعر بتحطم معنوياته النفسية ويبدأ بالتصرف على أنه إنساناً غير كفوء فالمسألة كالتالي: تعامل المرأة زوجها على أساس إنه غير كفوء، يشعر الرجل بعدم الكفاءة ويكون ذلك من خلال قيام المرأة بالاهتمام بكل الأمور وكل ذلك مصحوباً بانتقادات المرأة المستمرة له. تتحطم معنوياته النفسية، يبدأ بالتصرف على أساس أنه إنسان غير كفوء، يصل بعدها إلى مرحلة الرفض لكل ذلك.

هذا خطر كبير على العلاقة، فالرجل وبطبيعته يشعر برجولته وقيمته من

خلال كفاءته ومن خلال الأعمال التي يقوم بها. أما إذا شعر الرجل بعدم كفاءته فإنه يصبح من الصعب عليه احترام وحب ذاته وكذلك احترام المرأة التي معه. إصرارك على معاملتك له بهذا الشكل ضمان أكيد لرفضه إياك، وحتى أنت فسوف يقل احترامك في المستقبل لذلك الرجل وتملين منه ولا تودين معاشرته.

هل هناك علاج؟

الجواب هو نعم، لننظر إلى ما قاله علماء النفس والإخصائيون في مجال العائلة. يذكر هؤلاء أن المرأة التي تصر على معاملة الرجل معاملة الأطفال، نرى الرجل بعد ذلك يبدأ بمعاملتها على هذا المنوال. بعبارة أخرى يبدأ الرجل بالنظر إليها كأم ويبدأ معاملتها على هذا الأساس ومن المحتمل أن يؤثر ذلك على حياتهما الجنسية فلا يوجد رجل سوي يرغب في مضاجعة والدته في الفراش، لذلك فإن نظرة الرجل الجنسية إلى المرأة ستتغير ويذهب من عينيه ذلك البريق وتلك الإثارة الجنسية، سيحاول بعد ذلك الابتعاد عنها جنسياً.

وعلى الطرف الآخر فإن المرأة ستصل إلى نقطة تشعر فيها بعدم الانجذاب الجنسي لذلك الرجل. نعم كيف يمكن أن تكون منجذبة جنسياً إلى رجل لم يتمكن من القيام بأبسط الأمور مثل الاهتمام بملابسه أو مظهره الخارجي أو أشياء أخرى؟ لنتذكر هنا نقطة مهمة وهي أن النساء وبطبيعتهن ينجذبن إلى الرجل الكفوء، الرجل الذي يتمكن من القيام بأمور تجعل المرأة سعيدة وتشعرها بالحماية والاطمئنان معه.

لا شك أن الأمور المالية المتردية لها تأثير سلبي على العلاقة بين الرجل والمرأة، وكذلك مما لا شك فيه أن تربية الأطفال والاهتمام بالأسرة تشكل أعباء ثقيلة، إلا أنه وبالتأكيد فإن هذا الخطأ الذي ترتكبه المرأة، خطأ معاملة الرجل معاملة الأطفال، يشكل أكبر الأخطار على تلك العلاقة إذ أنه أكثر الآلات تدميراً.

ما الذي تفعله المرأة إذاً؟ هنا نورد بعض الاقتراحات التي تساعد المرأة

على التحول من أم إلى زوجة وحبيبة. وها هي:

ـ توقفي عن القيام بأعمال المفروض بالرجل القيام بها، لا شك أن ذلك ليس بالأمر اليسير وخصوصاً بالنسبة للنساء اللائي يقمن بذلك، إنه أصبح كالإدمان إلا أن أفضل طريقة لمعالجة الإدمان هي التوقف حالاً.

إذا كان زوجك من الذين يعتمدون عليك في كل شيء فلا تفسحي المجال للقيام بذلك، فمثلاً إذا سألك عن المفاتيح فلا تهرعي للبحث عنها، دعيه يحاول ذلك بنفسه. وإذا أراد ارتداء ملابس للخروج إلى مكان خاص مثل حفلة أو ما شابه فلا تهرولي نحوه وتقترحي ما عليه لبسه دعيه يقرر ذلك بنفسه، وهكذا عوّدي الرجل على النظام الصحيح، عوديه على الاعتماد على نفسه للقيام بأموره الخاصة، إفسحي له المجال.

قد تحدث بعض المشاكل في البداية وذلك بسبب عدم تعود الرجل على هذا النظام الجديد إلا أنه في المستقبل وبدون أي شك سيتعوّد على هذا النظام الصحي وسيحبه. وبعبارة أخرى سيتعود على الاهتمام بنفسه، وهنا نود أن نذكّر المرأة بضرورة مراعاة واحترام الرجل أثناء ذلك.

ـ على المرأة أن تعامل زوجها على أنه إنسان كفوء ويمكن الاعتماد عليه.

لا تحاولي تذكير الرجل بأشياء المفروض أن يتذكرها بنفسه، لا تحاولي أن تفكري له وبالنيابة عنه، دعيه يفكر لنفسه. عامليه على أساس كونه إنسان عاقل بالغ ذكي وذا كفاءة عالية ويمكن الاعتماد عليه.

تذكري أن ذلك الرجل من المحتمل أن يكون قد تعوّد على الكسل وذلك نتيجة للطريقة التي كانت متبعة في السابق، قد ينسى أشياء أو يهمل أشياء أخرى. عليك التزام الهدوء وضبط الأعصاب وعدم الضجر لا تحاولي توبيخه أو التفوه بكلام جارح، في النهاية سنراه يعتمد على نفسه وتتحسن الأمور.

فمثلاً إذا كان عند زوجك موعد مهم يوم السبت القادم فلا تحاولي تذكيره

بذلك الموعد صباح يوم السبت، دعيه وشأنه. وإذا حصل ونسي ذلك الموعد وبدأ بإلقاء اللوم عليك وثارت ثائرته، فما عليك فعله هو التزام جانب الهدوء والصمت في البداية ولا تحاولي أبداً توبيخه أو اتهامه بالقصور كأن تقولي (إنك إنسان مهمل وغير منظّم)، التزمي الهدوء المؤقت وبعد ذلك يمكن أن تقولي (أنا آسفة لسماع ذلك الخبر ـ نسيانه لذلك الموعد المهم ـ أنا متأكدة من إمكانية ترتيب موعداً آخراً بدل ذلك).

النتيجة أنه بعد أن ينسى مرة أو أكثر فإنه في النهاية سيضطر إلى تعويد نفسه على التذكر وعدم النسيان مستقبلاً.

ـ على المرأة أن لا تستعمل لغة الأم عند تحدثها للرجل.

لا تكلمي الرجل كما تكلمين طفلاً صغيراً، وعندما تطلبين منه شيئاً فلا تحاولي التحايل عليه كتحايلك على طفل صغير، وإذا قام الرجل بعمل ما وأخطأ فيه فلا توبخيه، لا بأس أن تجعلي الرجل يشعر بفرحك وغضبك ولكن بصورة تختلف تماماً عن تلك الصورة.

ـ على المرأة أن تتشاور مع الرجل في مسألة توزيع المسؤوليات وأن لا تقوم بالتطوع المستمر للقيام بأعمال هي في الأصل من صميم واجب الرجل.

توزيع المسؤوليات وتحديدها أمراً ليس بالسهل ولكن يمكن تحقيقه. وبعد أن يتم الاتفاق على تحديد المسؤوليات ويخفق الرجل في مسألة ما فلا يجدر بالمرأة النهوض والقيام بذلك نيابة عنه.

يصعب على المرأة تقبل مثل ذلك وخصوصاً في البداية. لا شك أن الرجل سيرتكب أخطاء مقصودة وغير مقصودة، أخطاء تثير سخط المرأة وتحرق أعصابها.

عزيزتي المرأة لا تحاولي أبداً التدخل من أجل إنقاذ الرجل وإنقاذ الموقف. صدقيني أن الرجل ذكي ولديه الكفاءة والقدرة على التعامل مع أمور

الحياة بمفرده. تمالكي أعصابك واهدئي وانظري إلى النتيجة المتوقعة مستقبلاً، تلك النتيجة الإيجابية التي تساعد كثيراً في تقوية العلاقة بينكما.

ـ على المرأة أن تتعرف على المواقف التي تحاول فيها القيام بدور الأم.

يمكن للمرأة أن تقوم بإعداد قائمة تسجل فيها كل تلك الحالات. وهنا نقول للمرأة أن لا تستغرب من طول القائمة التي ستراها أمامها، نعم فالحياة مليئة بالمواقف اليومية.

أول خطوة لتغيير تصرف المرأة هو تشخيصها لتلك المواطن.

ـ على المرأة أن تواظب على محاولاتها وأن لا تيأس.

لا تجزعي أيتها المرأة الفاضلة ولا تدعي تلك النتائج السلبية التي ستحصل في البداية تؤثر عليك وعلى نفسيتك. تجمّلي بالصبر وسترين النتيجة إن شاء الله. ومما يساعدك على التحلّي بالصبر هو تذكرك بأن الطريقة القديمة السائدة لو استمرت ولم يتم تعديلها فإنها وبالتأكيد ستؤدي إلى نتائج لا تحمد عواقبها.

٢ ـ تنكّر المرأة لذاتها:

تتنكّر المرأة لذاتها وتقوم بوضع نفسها دائماً خلف الرجل الذي تحب. تنسى نفسها وتفكر دائماً بإسعاد الرجل الذي تحب ناسية أن سعادة الرجل تتحقق عندما يراها سعيدة. وهنا ومنعاً للبس نود أن نقول أن على المرأة أن تفكّر بإسعاد زوجها وهذه صفة ممتازة إلا أن ذلك لن يكون على حساب تعاستها.

هناك عدة طرق تتنكر المرأة فيها لذاتها، ومن أهمها:

ـ تتنازل عن مصالحها وهواياتها وبدون سبب مبرر.

ها هي سوسن المثقفة التي تهوى الموسيقى والتي كانت تأخذ دروساً خصوصية من أجل تنمية تلك الموهبة. نراها وبعد أن التقت بسمير الذي لا يحب الموسيقى وبعد أن أعلنت الخطوبة، نراها ومن باب تحاشي المشاكل

تضطر إلى ترك تلك الهواية والموهبة. استمرت تلك الخطوبة أكثر من عام واستمر الحال على ما هو عليه، بعد ذلك اختلف الاثنان ولأسباب عديدة تم فسخ الخطوبة.

أول عمل قامت به سوسن بعد فسخ الخطوبة هو العودة إلى هوايتها الموسيقية وعادت ثانية إلى تلقي الدروس الخصوصية. وهنا قالت سوسن: (لا أستطيع أن أعبر عن لهفتي للموسيقى) عادت إلى ما تحب في الأصل.

ـ تتنازل المرأة عن أقارب وأصدقاء.

نرى مثل هذه الأمور تحصل كثيراً وقد يكون الرجل في بعض الأحيان على حق أما في أغلب الحالات فلا يكون هناك أي عدل أو منطق، إنها رغبة الرجل وعلى المرأة تنفيذها. يتبع كثير من الرجال هذا الأسلوب وذلك لأسباب خاصة بهم منها شعورهم بعدم الأمان في تلك العلاقة والخوف من أن تسيطر عليهم المرأة، لذلك يحاولون وبشتى الأساليب السيطرة على المرأة، ومن أحد هذه الأساليب هو منع المرأة من الإتصال بأناس يحبونها ويخافون عليها ويهتمون بها.

ما الذي يحصل للمرأة التي تتنازل عن الأقارب والأصدقاء هو أنها تصبح معتمدة على الرجل اعتماداً كلياً في حياتها ويصبح هو مصدر الحب الوحيد بالنسبة لها. وكذلك ستنعزل المرأة تماماً عن الناس ولن تتمكن من الشكوى في المستقبل، وهنا تصبح المرأة أسيرة الرجل وتلك العلاقة الزوجية ولا حول ولا قوة لها وتتنازل عن كل أحلامها التي خططت لها.

في إحدى الندوات العلمية تم سؤال مجموعة كبيرة من السيدات عن السبب أو الأسباب التي تدعوهن للتضحية والتنازل؟. لننظر إلى الأجوبة التالية:

ـ (هذا ما يتوقعه الرجل، فهم ولآلاف السنين تعودوا على ذلك وأصبحت المسألة بالنسبة لهم أمراً مقضياً، يعتبرون النساء من الدرجة الثانية).

ـ (النساء أنفسهن تعودن على ذلك وقررن نسيان أنفسهن).

ـ (النساء أقنعن أنفسهن بأن ذلك الفعل هو من صميم الواجب. والتضحية تعني حرمانهن مما يرغبن فيه وعليهن تقديم مصالح الرجل على مصالحهن).

السؤال الذي يطرح نفسه الآن هو: (ما النتيجة المتوقعة من جراء تضحيات المرأة؟؛ عندما تقوم المرأة بكل هذه التضحيات فهي تتوقع بالمقابل حب الرجل إياها، قد يحصل ذلك أو قد لا يحصل. إلا أن ما يحصل بالتأكيد هو أن حب المرأة لنفسها وذاتها سيقل كثيراً، إذ كلما تخلت المرأة عن هواية من هواياتها أو قامت بتضحية جديدة فإنها بذلك تقطع جزءاً من حبها لنفسها، وكلما تخلت عن حلم من أحلامها فهي تقطع جزءاً آخراً وهكذا إلى أن يأتي يوم تشعر المرأة فيه بفراغ داخلي كبير وتكون قد فقدت طبيعتها الأساسية وروح المرأة. هذا الشعور الداخلي تشعر المرأة فيه عندما تكون في حالة عصبية أو عندما تنتابها حالة حزن لأي سبب آخر. وهنا سيزداد غضب المرأة ولن يكون فقدانها الحب لنفسها فقط بل أن ذلك سيتعدى إلى شعورها نحو الرجل، ستفقد حبها واحترامها لذلك الرجل الذي ضحت من أجله.

ما هو الحل إذاً؟ علينا جميعاً أن نحكّم جانب العقل وكذلك علينا أن نخلق توازناً في علاقاتنا، فالعلاقة بين الرجل والمرأة ليست صراع قوى، أبداً إنها عكس ذلك، فالرجل العاقل عليه أن يحترم زوجته ويحبها وعليه أن يحاول تطويرها أو مساعدتها على التطور بدلاً من تطويقها ومحاولة السيطرة عليها. إنها زوجته وحبيبته ومن الجدير به أن يفتخر بها. والمرأ العاقلة أيضاً عليها أن تساند وتؤازر زوجها الذي يحبها ويسهر على راحتها عليها أن توضح له ما تحب وترغب. عليها أن تجعل الأمور واضحة وجلية.

وهكذا فإن ما يقوم به الرجل من أجل المرأة وما تقوم به المرأة من أجل الرجل يصبّان في قناة واحدة وليست عدة قنوات، قناة واحدة اسمها سعادة الأسرة.

٣ ـ تتصرف المرأة تصرف الأطفال:

غالباً ما تتصرف كثير من النساء تصرف الأطفال خصوصاً عندما يرغبن في الحصول على شيء ما من الرجل والسبب الرئيسي في هذا التصرف يعود إلى الطفولة حيث كانت تلك المرأة آنذاك تتصرف بهذا الشكل للحصول على شيء ما من والديها. وعند الكبر فإنها وبطريق اللاوعي تسلك نفس السلوك مع زوجها وخصوصاً عندما تكون بحاجة إلى المزيد من الحب والعاطفة والتقدير.

تقوم المرأة بفعل ذلك بعدة طرق ومن أهمها:

ـ تتظاهر بالبلادة أو الجهل بينما في الحقيقة هي تعرف جيداً ما يجري حولها وكذلك تعرف الإجابة عن كل الأشياء التي حولها.

لا شك أن هذا التصرف من قبل المرأة يريح الرجل كثيراً حيث يجعله يشعر بأنه أذكى من المرأة ويرفع معنوياته النفسية إلا أن مردوداته سلبية، فالرجل يشعر بالراحة لأنه أثبت أنه هو المتفوق ولا مجال هنا لحبه للمرأة.

ـ تتظاهر المرأة بالحزن والأذى النفسي بدلاً من إبداء شعورها الغاضب، كأن تلجأ المرأة إلى البكاء في حالة الغضب، أو تلجأ المرأة إلى إظهار غضبها عن طريق التبويز وتجهم الوجه وذلك بدلاً من الإفصاح عما في داخلها، أو أن تلجأ المرأة إلى الصمت المطبق وتحاول كتمان مشاعرها الحقيقية الغاضبة. هذه هي الطريقة التي تربت وتعودت عليها.

ـ تتظاهر المرأة بالحيرة بينما هي في الحقيقة تعرف السبب والإجابة. هذا هو أسوأ ما يمكن للمرأة أن تفعله، التظاهر بالحيرة وعدم المعرفة بينما في الحقيقة هي تعي وتعرف كل ما يدور حولها.

فها هي أنيسة تطلب مساعدة الإخصائية النفسانية وتقول: (إني محتارة ولا أعرف ما الذي يجري ولماذا؟) وبعد عدة أسئلة من الإخصائية الاجتماعية، تقول أنيسة (زوجي يخونني مع امرأة أخرى، طيلة فترة السنتان الماضيتان لم

يتقرب مني ولم نمارس فيهما الجنس، أشعر في منتهى التعاسة، إني فعلاً محتارة!).

سبحان الله، ما الحيرة هنا فهي تعرف تماماً ما يجري وما يدور حولها. الأمور واضحة ولا تحتاج إلى عالم فلك أو منجم، كل المطلوب هنا هو أن تتخذ أنيسة القرار المناسب وتتصرف تصرفاً فيه حكمة وعقل.

ـ تعامل المرأة زوجها وكأنه أب، ليس هناك أي خطأ أو عيب في أن تسمح المرأة للرجل بأن يهتم بها كما كان والدها يفعل ذلك معها في طفولتها، الخطأ هو اعتماد المرأة الكلي على الرجل والاستمرار في ذلك.

تتصرف المرأة على هذا النحو بعدة طرق منها مناداته كما كانت تنادي والدها، أو أن تجلس على ساقه وعلامات التبويز والتجهم بادية على وجهها (تحاول استدرار عطفه).

ـ تتكلم المرأة مع زوجها بأسلوب طفلة صغيرة تشتكي بدلاً من اتباع إسلوب زوجة. تقوم المرأة بإتباع هذا الأسلوب عندما تكون خائفة من الإفصاح عن مشاعرها الحقيقية، أو إنها تخاف ردة فعل الزوج أو تتوقع رفض الزوج لطلبها.

هل لهذا التصرف أي تأثير على الرجل وعلى نفسيته؟ الجواب هو وبدون أي شك نعم، التأثير السلبي طبعاً فالرجل سيحب ذلك التصرف من قبل المرأة في البداية ويبدأ تدريجياً بالشعور بأنه هو الأقوى دائماً وهو المسؤول الوحيد عن تلك العلاقة وإن المرأة التي أمامه ما هي إلا طفلة صغيرة وليست امرأة وبذلك يفقد تدريجياً احترامه لها.

ونقطة أخرى هي أن مسؤوليات الرجل في الخارج كبيرة إذ أن عليه أن يواجه ذلك المجتمع ويكافح فيه كفاحاً شديداً (هنا نود أن نذكّر القارىء الكريم بأن الحياة في الخارج بالنسبة لتفكير الرجل هي معركة حامية الوطيس وعليه الفوز فيها. إنها أشبه بالغابة وكما يقال إن لم تكن ذئباً أكلتك الذئاب. وكذلك

فإن المجتمع ذا شكل هرمي وأن الواجب يحتم عليه الكفاح من أجل البقاء في قمة ذلك الهرم)، وبما أن مسؤولياته كثيرة فهو لا يريد إضافة مسؤولية أخرى إلى تلك المسؤوليات الكثيرة. ومن هذا المنطلق فإن الرجل وبمرور الزمن سيتولد عنده شعور الاستياء والإمتعاض تجاه المرأة.

لذلك على المرأة أن تبتعد عن اتباع هذا الأسلوب الخاطىء، عليها أن تنظر إلى المواطن التي تتصرف فيها بهذا الشكل مع الرجل وتغيّرها. فعندما تبدأ المرأة بالبكاء مستقبلاً عليها أن تسأل نفسها عن سبب ذلك البكاء، وبعد أن تجد الجواب عليها وقتها أن تقرر: هل الأفضل الاستمرار بالبكاء وكبت المشاعر الحقيقية أم إنها تتوقف عن ذلك البكاء وتبدأ بالتحدث إلى الرجل بعقل واحترام من أجل التغلب على تلك المشكلة؟؛ كذلك عندما تشعر المرأة بالحيرة وعدم المعرفة عليها وقبل أن تسمح لنفسها بالسقوط في هاوية الحيرة أن تسأل نفسها (إن لم أكن محتارة فما هو شعوري الحقيقي. أنا أعرف تماماً العلة الحقيقية فهي واضحة أمام ناظري فلم الحيرة؟!) وهنا تبدأ بالتصرف المعقول.

الفصـل الرابع عشر

المحافظة على ديمومة الحب

إبقاء الحب حيّاً

إحدى عجائب التناقضات في العلاقات الغرامية بين الزوج والزوجة هي عندما تكون الأمور سائرة بصورة سليمة وممتازة وكل شيء على ما يرام والحب يملأ الجو من حولنا، نلاحظ فجأة أن أحد الطرفين إما الرجل أو المرأة يبدأ بالإنكماش ويحاول الإبتعاد عن الطرف الآخر. أو تبدأ عليه بعض ردود الفعل القاسية والغير وديّة.

وهنا ندرج بعض الحالات، وطبعاً فإن هذه الحالات تنطبق على المرأة مثل انطباقها على الرجل.

١ ـ قد يعيش الزوج حالة حب وهيام بزوجته وفجأة وبدون أي سبب نراه في صباح اليوم التالي يشعر بنوع من الإستياء وعدم الرغبة في التقرب من زوجته.

٢ ـ قد يكون الزوج واقعاً في غرام زوجته وقلبه مفعماً بالحب والعاطفة، وفجأة يشعر بعدم قناعته بالوضع الذي هو عليه ويبدأ بالإكثار من الطلبات والتذمر.

٣ ـ يعيش الزوج حالة حب عظيمة ولا يمكن له أن يتصور نفسه بعيداً عن زوجته، وفجأة يتولّد عنده شعور الجدل والشجار وعندها يبدأ بالتفكير في

إنهاء تلك العلاقة والشروع في الطلاق.

٤ ـ قد يقوم الزوج بعمل شيء عظيم والهدف منه إسعاد زوجته، إلا أنها وبدلاً من شعورها بالسعادة تشعر بالاشمئزاز، والسبب في ذلك هو تذكرها قيام زوجها في الماضي بعمل ما أزعجها وأغضبها.

٥ ـ قد يكون الرجل في حالة حب وهيام وإعجاب شديد بزوجته وفجأة يشعر برغبته في الابتعاد عنها. وعندما تقترب الزوجة منه يشعر وقتها بقشعريرة جلده.

٦ ـ يشعر الرجل بالسعادة مع زوجته وفجأة يشعر بقلق شديد وعدم راحة، أو يشعر بعدم قدرته على الحصول على ما يريد.

٧ ـ قد يشعر الرجل بالثقة التامة تجاه حب زوجته له وفجأة يساوره القلق والاضطراب.

٨ ـ قد يكون الرجل في حالة كرم وسخاء وفجأة يتوقف عن الإنفاق ويبدأ بتوجيه الانتقادات لزوجته ويتولّد لديه شعور الغضب وحب السيطرة.

٩ ـ قد يكون الرجل معجباً جداً بزوجته ولكن لمجرد تعليق بسيط صدر منها لم يعجبه نراه يفقد ذلك الإعجاب بزوجته ويراه في امرأة أخرى.

١٠ ـ يرغب الزوج بمضاجعة زوجته، ولكنه لا يود القيام بذلك عندما تطلب هي منه.

١١ ـ تكون لدى الرجل ثقة عالية بنفسه ومقتنع تماماً بحياته الزوجية، وفجأة يتولد لديه شعور عدم الثقة وكذلك شعور إهمال زوجته له.

١٢ ـ يكون الرجل شغوفاً لرؤية زوجته، وعندما يلتقي بها يشعر بخيبة أمل واكتئاب وإحباط وتعب وفتور عاطفي. والسبب في ذلك هو قول الزوجة شيئاً بسيطاً لم يعجبه ولم يكن له وقع جيد على مسامعه.

عزيزي القارىء/ عزيزتي القارئة قد يكون أحد منكم لاحظ شريك الحياة

وهو يمر ببعض الحالات التي ذكرناها. توقف هنا لحظة وحاول أن تتذكر تلك الحالة التي تغير فيها شعور ذلك الشريك وتوقفه عن عطاء الحب الذي عهدته منه، ذلك الحب الذي تستحقه وتحتاجه. تذكر حالات التغير النفسي المفاجئة والتي لم تر لها أي سبب معقول.

من الشائع جداً بالنسبة لزوجين يعيشان معاً تحت سقف واحد في حالة حب، يصبحان يوماً ما وهما يشعران إما بالكره أو بالإبتعاد وتحصل بينهما مشاكل جدية.

هذه التحولات تكون محيرة إلا أنها موجودة وبصورة شائعة، وإذا لم نعرف السبب الحقيقي وراء هذه التحولات عندها نظن بأننا مجانين أو يمكن أن نظن بأن ذلك الحب العظيم قد مات ووصلت الأمور إلى طريق مسدود، أو أن شريك الحياة شخص مخادع كذاب.

إلا أنه ولحسن الحظ فإنه يوجد هناك شرح وتعليل يوضح هذه التحولات والسبب الحقيقي وراء ذلك. فعندما نكون مغمورين في الحب فإن ذلك الحب يجلب معه تساؤلات عديدة حول حقيقة مشاعرنا التي نحن غير واثقين تماماً منها. مشاعر غامضة غالباً ما تكون من تأثير الماضي. نشعر بالحب وعظمته ولكن في اليوم التالي نكون خائفين وغير واثقين من ذلك الحب. هل هو حب حقيقي ودائم أم إنه حب مؤقت أشبه بسحابة تمر ولا تلبث أن تتحرك وتبتعد. شعور الخوف من حصول مشاكل مستقبلية، قد تقلب هذه المشاكل كل الأمور رأساً على عقب وتحوّل تلك العلاقة الجميلة إلى جحيم مستعر.

عندما نشعر بحبنا لأنفسنا أو بحب الآخرين لنا ونعيش في غمرة ذلك الحب، نلاحظ ظهور مشاعر خوف خفية في داخلنا وتبدأ بتطويق ذلك الحب وحصره ومن ثم السيطرة عليها لفترة مؤقتة قد تطول أو تقصر.

في تلك الفترة نشعر بالضجر والاستياء والقلق وعدم الاستقرار النفسي وتتغير تصرفاتنا فتنقلب من عطف وحنان وعاطفة وحب إلى غضب وانتقاد

ومطالبة وأعصاب متوترة. مشاعر لم نتمكن من التعبير عنها ولم نمارسها في الماضي. تظهر هذه المشاعر وتطفو عندما نشعر بالأمان في علاقتنا.

الحقيقة أن هذه المشاعر تكون في الأصل مخزونة ومتجمدة في عقلنا الباطن والذي نطلق عليه اللاوعي، مخزونة هناك ولم يؤثر عليها أي شيء إلى أن جاء هذا الحب الجديد فأذابها وحولها من حالة التجمد إلى حالة السيولة، سالت وبدأت بالتدفق وبعد ذلك تهيمن علينا وعلى علاقتنا في تلك الفترة.

تبدو تلك المشاعر وكأنها كانت تنتظر منا أن نشعر بالحب، ومتى ما شعرنا بذلك الحب تستيقظ وتبدأ بشق طريقها، تتحرك وتسير في داخلنا وتسيطر علينا.

وهنا علينا أن نعرف كيفية التعامل مع هذه المشاعر والسيطرة عليها، وإذا نجحنا في هذا المسعى فإننا نتمكن من الانتصار على تلك المشاعر ومن ثم العودة إلى وضعنا الطبيعي، شعور الحب والسعادة.

ولكن إذا فشلنا في مسعانا هذا ولم نتمكن من السيطرة على تلك المشاعر السلبية، فإن هذه المشاعر ستستمر وتبقى مسيطرة علينا وعلى تصرفاتنا ونبدو عندها وكأننا أصبحنا أعداء أكثر من كوننا أحباء وشركاء حياة. وما يحصل بعد ذلك هو وبدلاً من محاولة التغلب على تلك المشاعر التي قلبت حياتنا إلى جحيم، نحاول التخلص منها وذلك عن طريق إخفائها.

كيفية ظهور المشاعر المخزونة:

المشكلة هي أن تلك المشاعر عندما تأتي إلينا وتظهر على تصرفاتنا فإنها لا تصرح عن نفسها ولا تقول: [مرحباً، أنا مشاعرك المخزونة من الماضي]. وهنا نود أن نقول أن تلك المشاعر عند خروجها من العقل الباطن (اللاوعي) إذا كانت تتعلق بذكريات الطفولة التي كانت مليئة بالإهمال والرفض والحزن، فإن شعور الرجل يكون إهمال زوجته ورفضها إياه، وعندها يبدأ بالتألم والمعاناة مثلما شعر في طفولته.

لا تظهر مشاعر الماضي عندما نكون في حالة حب فقط، بل تظهر في أوقات أخرى. أوقات نكون فيها نشعر بسعادة وهناء وقناعة؛ في مثل هذه الأوقات الإيجابية نرى الأزواج يختلفان وتحصل بينهما مشاكل لا يمكن أن نجد لها سبباً حقيقياً آخراً غير تلك المشاعر.

وهنا نذكر بعض الأمثلة على تلك المشاكل والاختلافات والمشاحنات التي تحصل في مناسبات سعيدة. فقد تحصل خلافات بين الزوجين عند انتقالهما إلى منزل جديد، أو عند ترتيب المنزل وإعادة فرشه بأثاث جديدة. أو حضور حفل تخرج أحد أفراد العائلة. أو حضور مناسبة دينية، أو حضور حفلة زواج، أو استلام هدية، أو القيام برحلة، أو إقامة احتفالات، أو شراء سيارة، أو أشياء أخرى لها علاقة بالعائلة.

نرى في كل هذه المناسبات السعيدة أحد الأزواج أو كلاهما تحصل عنده ردة فعل غريبة أو تغير في مشاعره وتصرفاته لا يعرف هو شخصياً سبباً ظاهرياً وجيهاً يبرر ذلك. وقد يحصل هذا الشعور قبل أو خلال أو بعد تلك المناسبة السعيدة.

إذا عرفنا مسألة المشاعر الخفية وظهورها فإنه يسهل فهم الألم الذي نشعر به بسبب تصرف الطرف الآخر في العلاقة الزوجية، فعندما نشعر بالإنزعاج فإن حوالي ٩٠٪ من ذلك الإنزعاج سببه الماضي وليست له أية علاقة بالسبب الظاهري لذلك الإنزعاج وإن ١٠٪ فقط هي نتيجة ذلك السبب الظاهري.

فعلى سبيل المثال فإذا قام أحد الزوجين بتوجيه نوع من الانتقاد للطرف الآخر فقد يسبب ذلك انزعاجاً بسيطاً، وبما أن الزوجين بالغان وعاقلان فإنهما سيدركان بأن الطرف الناقد لا يقصد حقيقة ما قاله. وإن ما قاله كان نتيجة للتعب والإرهاق بسبب مشاكل اليوم التي مر بها. هذا التفهم يساعد على التخفيف من حدة ذلك الانتقاد والتخفيف من تأثيره على الطرف الذي تم توجيه الانتقاد إليه.

ولكن قد يكون لهذا الإنتقاد تأثيراً بالغاً على نفس الشخص في يوم آخر وفي مجلس آخر، الإنتقاد هو نفسه ولم يتغير فيه أي شيء إلا أنه كان خفيفاً في المرة الأولى ولم يكن له وقعاً كبيراً في نفس ذلك الشخص، وفي المرة الثانية كان له تأثيراً بالغاً، فما الذي حصل؟! ما حصل هو أن ذلك الشخص عندما سمع ذلك الانتقاد كان يعاني من تجربة حصلت له في طفولته. تجربة مريرة آلمته كثيراً، وعندما سمع ذلك الانتقاد تألم كثيراً وذلك لأنه في الحقيقة كان قد تألم في طفولته كثيراً عندما مر بتلك التجربة المريرة.

وفي هذه الحالة نرى صعوبة التفاهم بين الزوجين وتصبح هناك مشكلة حقيقية.

كيف يمكن أن نؤازر بعضنا البعض؟

عندما تطفو ذكريات الماضي فإن الرجل بطبيعته يلجأ إلى حالة السكوت والانطواء وعندها يصبح شديد الحساسية ويحتاج إلى مزيد من تقبّل المرأة له.

أما ذكريات الماضي فتطفو عند المرأة عندما تكون المرأة في حالة معنوية متدهورة وتشعر بالتعاسة، وما تحتاجه المرأة في هذه الحالة هو رعاية الرجل الفائقة واهتمامه الشديد بها.

يساعد هذا التفهم على السيطرة على تلك المشاعر المخزونة عند ظهورها وخروجها، فإذا حصل موقف ما بين الرجل والمرأة ونتج عن ذلك الموقف ألم واستياء وانزعاج فيمكن عندها أن نتذكر أن معظم ذلك التأثير لم يكن في الحقيقة ما قاله أو فعله الزوج/ الزوجة، بل أنه في الحقيقة كان نتيجة لمواقف مشابهة حصلت في مرحلة الطفولة وأثرت في النفس وبقيت ذكراها عالقة في العقل الباطن.

وفي مثل هذه الحالة فبدلاً من أن يثور الإنسان فإن خير ما يفعله هو أن يحاول امتصاص ذلك الغضب وعدم التفوه بكلام قد يندم عليه مستقبلاً، أو

القيام بعمل أرعن أهوج يؤثر تأثيراً سلبياً على تلك العلاقة، خير ما يمكن عمله هو التزام الهدوء ورباطة الجأش.

تذكر عزيزي القارىء وعزيزتي القارئة أن ما أغضبك في الحقيقة ليس تصرف شريك الحياة بل ما حصل لك في الماضي.

دعونا نلقي نظرة على بعض الأمثلة التي تمت مناقشتها خلال إحدى الجلسات النفسية في أحد المراكز. فقد ذكر هؤلاء الأشخاص حقيقة ما حصل لهم:

١ ـ شعر الزوج بانزعاج شديد واستياء بالغ عندما قامت زوجته بعمل ما. وبعد تفكير عميق اكتشف أن السبب الحقيقي وراء ذلك الشعور، شعور الغضب والاستياء لم يكن لما قامت به الزوجة بل إنه سيطرة والدته التامة عليه عندما كان طفلاً، وقد تزامن فعل الزوجة مع تذكره لتلك السيطرة المؤلمة الذكرى.

٢ ـ قضى الزوجان ليلة هانئة سعيدة وفي صباح اليوم التالي نسي الزوج أن يقوم بعمل ما كانت الزوجة قد طلبت منه القيام به. غضبت الزوجة غضباً شديداً واشتبكا في معركة حامية الوطيس. وبعد ذلك غضب الزوج غضباً كبيراً وبدأ يفكر بإنهاء تلك الرابطة الزوجية؛ والسبب الحقيقي الذي دفع الزوج إلى التفكير بالطلاق هو تذكره لحالات الشجار الكثيرة التي كانت تحصل بين والديه والتي آلمته كثيراً في ذلك الوقت. هذا هو السبب الحقيقي وليس تلك الواقعة التي حصلت بينه وبين زوجته. التزامن هو الذي أشعل الفتيل وأثار الزوج.

٣ ـ كان الزوج منهمكاً في عمله في المنزل، فهو مهندس مشاريع وأمامه مشروع يجب عليه إنجازه في اليوم التالي. إنهماك الزوج بالمشروع أثار الزوجة وأغضبها كثيراً، لا شك أنها تفهم موقف الزوج وطبيعة عمله، إلا أنها لم تتمكن من السيطرة على أعصابها. لم يكن السبب الحقيقي في

غضبها هذا هو انهماك زوجها في ذلك المشروع أبداً، فالسبب الحقيقي هو تذكرها غضبها الشديد على والدها في فترة طفولتها. فقد كان والدها يتركها لفترات طويلة مع زوجته الظالمة وكانت تشعر وقتها بالإهمال والضعف، التزامن بين ما حصل في الماضي وما يحصل في الحاضر.

٤ ـ تعرّف أحد الشبان على شابة وبعد فترة حب وسعادة أخبرها بنيته في خطبتها والاقتران بها، في اليوم التالي تغيرت حالة الشابة النفسية واختفت تلك المشاعر العاطفية ولم تعد تشعر بأي حب أو عاطفة تجاهه. التبدل في حالة الفتاة النفسية لم يكن بسبب عزم الشاب على خطوبتها والاقتران بها، كان بسبب تذكرها قساوة والدها تجاه والدتها. التزامن أيضاً هو الذي سبّب ذلك.

تأخير الأعمال ونتائجها:

[لا تؤجل عمل اليوم إلى الغد] حكمة بليغة يمكن تطبيقها والاستفادة منها في كل جوانب الحياة ولها علاقة قوية جداً في الحياة الزوجية وفي طبيعة العلاقة بين الرجل والمرأة.

قد يشعر الرجل برغبته في الحصول على شيء ما، وعندما يطلب ذلك من المرأة وتقوم هي بالرفض فإنه في البداية يستمر في المحاولة وتستمر هي في الرفض لفترة من الزمن وبعد ذلك يستسلم الرجل ويتوقف عن المحاولة.

ما يحصل أثناء ذلك في داخل الرجل هو في بداية الأمر شعوره بالإستياء والإنزعاج وبعد ذلك يتغير شعوره ويبدأ الرجل يشعر بالغضب. يستمر شعور الغضب هذا عند الرجل طيلة فترة المحاولة ويكون في بعض الأحيان ظاهراً عليه وعلى تصرفاته. وعندما يصل الرجل إلى حالة اليأس والاستسلام فما يفعله هو إخفاء ذلك الغضب والاستياء ودفنه في عقله الباطن والتعايش مع الواقع. لم ينس الرجل ما فعلته المرأة ولم يسامحها على ذلك، وكذلك فإن ذلك الغضب والاستياء لا زالا في داخله إلا إنهما الآن مخفيان ولا تراهما ولا تشعر

بوجودهما المرأة. وعندما تكون المرأة مستعدة للقيام بذلك العمل، نرى الرجل وبدلاً من أن ينتابه شعور الفرحة والسعادة، نراه في حالة غضب ورفض شديد لما عرضته المرأة عليه.

ما حصل هنا هو عندما عرضت المرأة عليه ما أراد منها أصلاً ولم يحصل عليه فإن فعلها هذا أيقظ ذلك المارد الجبار الموجود في عقله الباطن [الغضب والإستياء] والذي كان بسبب رفضها لطلبه وعانى منه لفترة من الزمن، أيقظه وساعده على الانتقال من العقل الباطن إلى العقل الظاهر (من اللاوعي إلى الوعي).

رفض الرجل لعرض المرأة هو عبارة عن قول الرجل للمرأة (لقد عانيت من هذا الموضوع فترة من الزمن، وسبب معاناتي هو رفضك. آن الأوان لك أن تعاني مثلما عانيت ولا تتوقعي مني الموافقة والقبول) مبدأ العدل حسب تفكير الرجل.

تحقيق رغبة الطرف الآخر يقابلها حب وتقدير وسعادة، أما التأجيل وخصوصاً إذا لم يكن هناك سبب قوي ومعقول فإنه يولد لدى الطرف الآخر عدم تقدير وانزعاج. وحتى لو تم تحقيق تلك الرغبة في وقت لاحق فإن التأجيل وعلى أقل تقدير يقلل من قيمة ذلك العمل.

فصول الحب:

الحب مثل الحديقة. إذا أردنا لتلك الحديقة أن تكون غنّاءة وذات منظر جميل فعلينا الاهتمام الدائم والعناية بها، علينا الاستمرار بسقيها بالماء، علينا إصلاح التربة وجعلها خصبة وكذلك علينا بذر البذور وغرس الفسيل. علينا تنظيف الحديقة والتخلص من الأعشاب الذابلة وقص الأغصان. علينا الاهتمام الدائم وذلك بملاحظة جميع أركان الحديقة.

كذلك الحب، علينا أن نفهمه ونفهم فصوله وتقلّباته المختلفة ومن ثم مراعاته.

لنتكلم عن هذه الفصول الأربعة:

١ - **فصل الربيع:**

أحلى الفصول، في هذا الفصل يتم العثور على الشخص المناسب ونقع في الحب ونتنعم بذلك الشعور العظيم. في هذا الفصل نشعر بالسعادة (الأبدية) ولا يمكن لنا أن نفكر أو حتى نتصور العيش بعيداً عن ذلك الشخص، إنه وقت الحب والبراءة.

يشعر الإنسان بأن هذا الحب هو أزلي ولا نهاية له، يكون لهذا الوقت جماله العجيب وتكون فيه الأمور على خير ما يرام، الكمال في كل شيء. [الكمال لله وحده].

في هذا الفصل لا نرى ولا نشعر بأخطاء بعضنا البعض. فكل ما نقوم به عظيم وله وقع هائل علينا وعلى مشاعرنا. إنها سعادة أبدية.

إلا أن الحقيقة غير ذلك فلا بد وأن يأتي الفصل التالي، فصل الصيف.

٢ - **فصل الصيف:**

هذا الفصل يختلف عن فصل الربيع ففي هذا الوقت يدرك الإنسان أن صاحبه/صاحبها ليس بدرجة الكمال التي ظنها في السابق. يبدأ بملاحظة الأخطاء في شخصية وتصرفات ومظهر الطرف الآخر. أخطاء تنقله من درجة الكمال وتضعه في درجة أقل من ذلك. يبدأ الإنسان يشعر بأن صاحبه ليس ملاكاً بل إنساناً مثل بقية الناس الآخرين وفيه عيوب. بل قد تصل المسألة إلى التصور بأن ذلك الشخص ينتمي إلى عالم آخر يختلف عن عالمنا المعهود وهنا تظهر على السطح تصرفات جديدة، تصرفات تؤدي إلى الإنزعاج والاستياء وتوتر الأعصاب وظهور مشاكل.

في هذا الفصل على كل من الرجل والمرأة العمل الجاد على إصلاح

تلك الأخطاء والتعامل معها. مثلها مثل الحشائش في الحديقة؛ تلك الحشائش التي تحتاج إلى إزالة، ووجود أشجار أخرى شارفت على الجفاف والموت وتحتاج إلى سقي وعناية.

تقديم الحب واستلامه في هذا الفصل لم يعد بتلك السهولة التي كان عليها في الفصل السابق أي فصل الربيع. هنا يوقن الطرفان أن السعادة التي ينعمان بها ليست أزلية وأن هناك مجال واسع للتعاسة.

في هذا الفصل تحصل لكثير من الأزواج والزوجات حالة عدم رؤيا واضحة وعدم تصديق لما يحصل، إنها صدمة كبيرة فقد توقعوا في البداية ربيع دائم وفجأة اصطدموا بالواقع المرير. الواقع الذي يقول أن الحياة ليست بتلك السهولة وإنها مليئة بالمشاكل.

وبعد أن تستمر المشاكل يبدأ كل منهما بإلقاء اللوم على الطرف الآخر.

لا يعلمان أن الحب يحتاج إلى بذل جهد كبير وعطاء للحصول عليه ولإبقائه ببريقه.

في هذا الفصل يحتاج الإنسان إلى تلبية احتياجات الطرف الآخر وكذلك يحتاج إلى طلب الحب الذي يرتجيه ويحتاجه والحصول على ذلك الحب. فالحقيقة تقول أن السعادة والحب لا يأتيان بصورة تلقائية بل إن ذلك يحتاج إلى بذل جهود كبيرة من قبل الطرفين، الرجل والمرأة.

٣ ـ فصل الخريف:

بعد كل الجهود التي بذلها الطرفان في فصل الصيف، يأتي بعد ذلك فصل الخريف، فصل الحصاد. نعم فصل الحصاد، فبعد أن أيقن كل من الرجل والمرأة حقيقة المواقف بينهما وبعد أن بذلا جهوداً كبيرة وجبارة للإصلاح والتغلّب على تلك المواقف فقد حان الوقت للتنعم والعيش برغد وهناء.

فصل الخريف هو وقت قبول الرجل والمرأة بعضهما البعض على ما هو/ هي عليه وبمعنى آخر قبول الجوانب الإيجابية والسلبية وفهم بعضهما البعض، إنه وقت الحب والراحة.

٤ ـ فصل الشتاء:

ليت فصل الخريف يستمر أو على الأقل يطول، الحقيقة تقول أن هذا الفصل لا بد وأن يمضي ويفسح المجال لفصل الشتاء. فلا بد للجو أن يتغير ويأتي فصل الشتاء الذي تكون فيه درجة الحرارة قليلة ويكون فيه البرد قارساً، وتسقط فيه أوراق الأشجار المظللة وتكاد الحياة فيه تنعدم. إنه فصل الإنكماش والتجديد، إنه الفصل الذي تمر فيه العلاقة بين الرجل والمرأة بمرحلة فتور وبرود. إنه الوقت الذي تظهر فيه تجارب الماضي المخزونة في العقل الباطن وتؤثر على تصرفاتنا تأثيراً سلبياً. إنه الفصل الذي يعاني فيه الرجل ويقرر الإنسحاب والانعزال وبعد ذلك دخوله ذلك الكهف الذي لا يسع لأكثر من شخص واحد. إنه الوقت الذي تكون فيه المرأة منهارة الأعصاب وتهبط معنوياتها النفسية ومن ثم تتدلى إلى ذلك البئر وترتطم بالقعر. إنه الفصل الذي تكون فيه الحياة صعبة المعيشة وتكثر فيه المشاكل وتتوقف فيه كل سبل الإتصال بين الرجل والمرأة.

وكذلك فإنه الفصل الذي يسبق أحلى الفصول وأجملها، فصل الربيع.

فكما نعلم جميعاً فإن بعد كل عسر يسر، وبعد كل ظلام نور وضياء ساطع.

هذه هي الحياة وعلينا تقبّلها والتعايش معها بحلوها ومرّها، إنها الحقيقة وعلينا تقبلها على شكلها المعهود. علينا أن لا نخادع أنفسنا ونتصور أن هناك كمال في الحياة، لا بد أن يكون هناك أوقات سعيدة وأوقات عصيبة. نعم هذه هي سنة الحياة وعلينا تفهمها وتقبلها. المهم علينا أن نعلم ذلك ونحاول أن

نفهم بعضنا البعض وكذلك اختلافاتنا السايكولوجية الطبيعية الموجودة فينا. علينا أن نحب بعضنا البعض ونتسامح ولا نحاول أن نكون جائرين في حكمنا على بعضنا البعض، علينا وقبل إطلاق حكمنا على أي مسألة التحقق من ذلك الموضوع. علينا أن نضع في الحسبان إمكانية سوء فهم من جانبنا، نعم فنحن بشر وقد نسيء الفهم أحياناً، والإنسان هو إنسان يخطىء ويصيب، والمسامح كريم. وهناك في اللغة الإنجليزية عبارة جميلة تدل على ذلك أيضاً، والعبارة تقول: (Give the benefit of the doubt) لنحاول فهم بعضنا البعض وكذلك نفسح المجال لاحتمالية سوء الفهم ولنسامح بعضنا البعض ونحاول أن نعيش حياتنا بصورة أفضل من السابق.

خاتمة الكتاب

كما لاحظت عزيزي القارىء من خلال قراءتك لهذا الكتاب فإن الهدف الأساسي الذي نصبو إليه هو معرفتنا الحقيقية لأنفسنا ولشريك/ شريكة الحياة وكذلك التعرف على طبائعنا المختلفة. وكل ذلك يمكننا من تحسين قدراتنا وقابلياتنا على التحدث إلى بعضنا البعض والحصول على ما نريد والعيش بسلام وحب والتخلص من المشاكل التي عانينا منها في السابق ولم نعرف الطريقة الصحيحة لتجنبها أو التخلص منها.

الآن وبعد أن انتهينا من قراءة الكتاب يمكنني أن أقول لك أيها القارىء الكريم وأيتها القارئة الكريمة أنكما مهيآن لأن تنعما بعلاقة أفضل بكثير من السابق وعندكما السبب الكافي للشعور بالأمل. ويمكنكما أيضاً المرور بتقلبات الفصول الأربعة القاسية بسلام وأمان.

كل ما أود أن أذكّر به هو أن العلاقة تنتابها أربعة فصول مختلفة. ففي فصل الربيع تكون الحياة سهلة وعذبة، أما في فصل الصيف فتكون الحياة قاسية وعلينا أن نبذل قصارى جهدنا من أجل التغلّب على تلك المصاعب.

وفي فصل الخريف نشعر بالكرم الفيّاض وإشباع الرغبات. أما في فصل الشتاء فنشعر بالفراغ الداخلي وعدم الأمان.

قد ننسى كل المعلومات التي قرأناها في هذا الكتاب والتي نحتاج إليها في فصل الصيف. تلك المعلومات التي تعيننا على معرفة كيفية بذل الجهد والعمل

الصحيح من أجل إصلاح الأخطاء الموجودة، وفي فصل الشتاء قد يذهب ويتلاشى ذلك الحب الذي شعرنا واستمتعنا به في فصل الربيع.

في صيف العلاقة وعندما تتعسر الأمور ولا يحصل الإنسان على الحب الذي يحتاجه، قد ينسى كل شيء قرأه وتعلمه من هذا الكتاب، فيعود إلى تصرفاته القديمة ويبدأ كعادته القديمة بإيقاع اللوم على الطرف الآخر (شريك الحياة) وذلك عند حصول أية مشكلة ناسياً بذلك الأسلوب الصحيح الواجب اتباعه لتنمية العلاقة الزوجية.

وفي شتاء العلاقة قد يشعر الإنسان بفقدان الأمل ويبدأ بلوم وتعنيف نفسه، ناسياً كيف عليه أن يحبها ويغذي ذلك الحب ويحب الآخرين، وقد يصل الإنسان إلى الشك في نفسه وفي شريك حياته ويفقد الأمل في كل شيء.

كل ذلك ما هو إلا جزء من الدورة الطبيعية، فقبل أن يطلع علينا الفجر وتشرق شمس الأنوار فلا بد أن يسبقها ظلام.

كي ينجح الإنسان في حياته وفي علاقته الزوجية فعليه أن يفهم ويتقبّل الفصول الأربعة للعلاقة.

يكون الحب بعض الأحيان كبيراً ويملأ كل جوانب المنزل، إنه موجود في كل مكان، ولكن في أوقات أخرى يضعف ويقل وجوده ولأجل إنعاشه وتقويته فعلى الرجل أو المرأة أو كلاهما بذل الجهود الحثيثة المستمرة.

يشعر الإنسان أحياناً بامتلاء قلبه بالحب، وأحياناً أخرى يشعر بفراغ بقلبه من ذلك الحب. يجب على كل منا أن لا يتوقع من شريك الحياة أن يكون في حالة استعداد دائمة لتقديم الحب واستلامه وكذلك علينا أن نتذكر ما قرأناه وفهمناه ومن ثم تطبيقه.

عملية التعليم لا تتطلب منا السماع والتطبيق فقط، ولكن تتطلب أيضاً النسيان ومن ثم التذكر والتطبيق ثانية، إنها مسألة ليست بالسهلة.

عزيزي القارىء وعزيزتي القارئة من خلال قرائتك لهذا الكتاب لا بد وإنك تعلمت أشياء لم يتمكن والديك من تعليمك إياها وذلك لعدم معرفتهم بها. والآن وبعد أن تعلمت هذه الأشياء فالرجاء أن تكون واقعياً في حياتك وفي توقعاتك وتطلعاتك. إسمح لنفسك بارتكاب الأخطاء ولا تتوقع أن تكون تصرفاتك منذ البداية سليمة (١٠٠٪) فكثير من الأشياء التي تعلمتها من هذا الكتاب قد تنساها في لحظات تكون في أمس الحاجة إليها.

تنص النظرية العلمية على أن الإنسان (رجل أو امرأة) ولكي يتعلم شيئاً جديداً فإنه يحتاج إلى سماعه لذلك الشيء الجديد حوالي (٢٠٠) مرة. نعم (٢٠٠) مرة.

وبناء على ذلك المفهوم فلا نتوقع من أنفسنا أو من الطرف الآخر، شريك/ شريكة الحياة تذكر كل ما تعلمه من هذا الكتاب وذلك بمجرد قراءته مرة أو مرتين.

لذلك علينا التحلي بالصبر وأن نقدر كل محاولة ولو بسيطة يقوم بها الطرف الآخر محاولاً تطبيق ما تعلمه، فالمسألة تحتاج إلى وقت. تحتاج إلى وقت كي نتمكن من تطبيق كل ما قرأناه وتعلمناه من هذا الكتاب.

وكما نعلم فإن التعليم ليس بالأمر البسيط الذي قد يتصوره البعض، فلكي نتعلم شيئاً جديداً فعلينا أن ننسى ما تعلمناه في الماضي والذي يخالف في صميمه ما نود تعلمه. مثل ذلك مثل ملأ قنينة، فلكي نملأ القنينة بالشهد ونحافظ عليه، علينا أولاً إفراغها من الخل الذي كان في داخلها وغسلها جيداً.

كذلك بالنسبة لنا فإننا لم نعد أطفالاً أبرياء يودون تعلم كيفية بناء علاقات سليمة، نحن أشخاص كبار تم صقلنا من قبل والدينا عند طفولتنا وتأثرنا بالمجتمع الذي نشأنا فيه، وأيضاً كان لنا تجارب أليمة مررنا بها في الماضي وذكراها لا زالت راسخة في عقلنا الباطن. لذلك فإن تعلم الأشياء الجديدة ومحاولتنا تطبيقها والإستفادة منها يعتبر تحد كبير.

عزيزي القارىء وعزيزتي القارئة كن رائداً وقائداً فإنك مقبل على ما أشبه بالمعركة وأنت القائد فيها. معركة اضطرّتك إلى الدخول في أراض جديدة لم ترها في الماضي، أراض لا عهد لك بها في السابق ولا تعرف حدودها ولا طبيعة تضاريسها ولا تقاسيمها الجغرافية، توقع أن تتيه فيها أحياناً، ولا تتوقع أن يحصل ذلك لك فقط بل توقع حصول ذلك لشريك الحياة أيضاً.

إستعن بهذا الكتاب واجعله الخارطة التي تهديك إلى الطريق السليم وتخرجك من تلك المتاهة. فعندما تستاء وتغضب على زوجتك في المرة القادمة فعليك أن تتذكر بأنها امرأة وأنت رجل ولكل منكما عالمه الخاص الذي يختلف عن عالم الطرف الآخر، نعم فلكل منكما سايكولوجيته الخاصة به والتي تختلف اختلافاً كبيراً عن سايكولوجية الطرف الآخر. تذكر ذلك وكذلك عليك التذكر بأنها زوجتك التي وثقت بك ووافقت على الزواج منك وجعلتك شريك حياتها.

عن أبي هريرةَ رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «استوصوا بالنِّساء خيراً، فإن المرأة خُلقت من ضلع وإنَّ أعوج ما في الضلع أعلاهُ: فإن ذهبت تقيمهُ كسرتهُ وإن تركته لم يزل أعوج فاستوصوا بالنساء» متفق عليه. رواه البخاري ومسلم.

وفي المواقف الصعبة فحتى لو أنك لم تتذكر أي شيء قرأته في هذا الكتاب وتذكرت فقط ذلك الفرق الطبيعي بين السايكولوجيتين، سايكولوجية الرجل وسايكولوجية المرأة، فإن ذلك وبلا شك سيساعدك كثيراً وسترى الفرق إن شاء الله تعالى.

وآخر دعوانا أن الحمد لله ربّ العالمين

المؤلــــف

الدكتور طارق كمال النعيمي

الفهرست

الموضوع	رقم الصفحة
المقدّمة	٥
التمهيد	١١
الفصل الأول : اختلافات سايكولوجية عامة	١٩
هل هناك اختلافات بين الرجل والمرأة	١٩
اختلافات أساسية بين الرجل والمرأة	٢٢
اختلافات سايكولوجية عامّة	٢٣
الأسباب والحلول وأهم التوصيات	٢٥
النوايا الحسنة وحدها غير كافية	٢٨
الفرق بين دماغي الرجل والمرأة	٢٩
عالم الرجل وعالم المرأة الخارجي	٣٠
نظرة الرجل والمرأة إلى العالم الخارجي	٣٣
من هو الثرثار، الرجل أم المرأة؟	٤٠
المحادثة بين الرجل والمرأة	٤٤
تبدأ من الصغر	٥٦
الفصل الثاني : الإصلاح والتطوير	٥٩
الإصلاح عند الرجل والتطوير عند المرأة	٥٩
عدم إصغاء الرجل للمرأة	٦١
اهتمامات الرجل والمرأة	٦٤
الإصغاء وأهميته	٦٨

الموضوع رقم الصفحة

الفصل الثالث: تعامل الرجل والمرأة مع التعب والإجهاد ٧٥
التعب والجهد ٧٥
يتعامل الرجل مع مشاكله اليومية بصمت ٨٤
موقف المرأة من الرجل الصامت ٨٧
تتعامل المرأة مع مشاكلها اليومية بالكلام ٩١
موقف الرجل من كلام المرأة هذا ٩٢

الفصل الرابع: التشجيع المتبادل بين الرجل والمرأة ٩٧
تشجيع الجنس الآخر ٩٧
عندما يحب الرجل المرأة ٩٨
كيف تبدأ تلك العلاقة ٩٩
عندما تحب المرأة الرجل ١٠١
وضع اللوم ١٠٢
وضع الحدود واحترامها ١٠٥
تعلّم الاستلام والاستقبال ١١٠
كيف تعلّمت المرأة أحقيّتها في الاستقبال ١١٢
تعلّم العطاء ١١٣
لا بأس من ارتكاب الأخطاء ١١٤
الرجل أيضاً يحتاج للحب ١١٥
شكوى المرأة معناها فشل الرجل ١١٥

الفصل الخامس: اختلاف أسلوب المحادثة بين الرجل والمرأة ١١٧
سوء الفهم ١١٧
لغتان مختلفتان ١١٩
توضيح المشاعر مقابل توصيل المعلومات ١٢٠
الفرق بين الرجل والمرأة في اتخاذ القرارات ١٢٢
شكوى المرأة الأساسية هي عدم إصغاء الرجل ١٢٦
عندما تتكلم المرأة وكيفية فهم كلامها ١٢٧

الموضوع	رقم الصفحة
طريقة الرجل والمرأة في التفكير	١٣٣
ردة فعل المرأة تجاه صمت الرجل	١٣٤
أسباب التزام الرجل جانب الصمت	١٣٨
الأسباب التي تدفع المرأة للكلام	١٣٨
دخول المرأة صومعة الرجل	١٣٩
تحليل إجابات الرجل	١٤١
ما الذي تفعله المرأة عند دخول الرجل صومعته؟	١٤٣
تخاطب المرأة مع الرجل	١٤٥
عندما يحتاج الرجل للمساعدة	١٤٨
الاهتمام الكثير يخنق الرجل	١٤٩
ضرورة إجراء بعض التغييرات	١٥٠
تجنّب الملامة	١٥٢
ملامة النفس مقابل ملامة الآخرين	١٥٤
مشاركة المسؤولية	١٥٧
الإصغاء وعدم اللوم	١٦٢
فن الإصغاء	١٦٤
الفصل السادس: حالات الرجل النفسية	١٦٧
تقلّبات الرجل العاطفية	١٦٧
ضرورة إدراك المرأة لهذه الحالة	١٦٩
كيفيّة حصول التغيّر الفجائي	١٧٢
متى تبدأ تلك الحالة عند الرجل	١٧٥
سبب فزع المرأة	١٧٧
لماذا يشك الزوجان بحبهما	١٧٨
كيف تسيء المرأة فهم الرجل	١٧٩
من وقت لآخر يشعر الرجل بالضياع	١٨٠
ابتعاد الرجل عندما تحاول المرأة التقرّب	١٨١

الموضوع رقم الصفحة

متى تتكلّم المرأة مع الرجل ١٨٣

كيفيّة جر الرجل إلى الكلام ١٨٥

ضغط المرأة على الرجل وإجباره على الكلام ١٨٥

كيفيّة فتح باب الحوار مع الرجل ١٨٧

عندما لا يتكلّم الرجل ١٨٩

الحل النموذجي ١٩٢

المرافقة المستمرة وعدم الافتراق ١٩٤

المزيد من الاستقلالية ١٩٧

إعاقة دورة المودّة والألفة ١٩٨

هل لماضي الرجل أي تأثير ٢٠١

الرجل العاقل والمرأة العاقلة ٢٠٢

الفصل السابع : حالات المرأة النفسية ٢٠٥

تقلبات المرأة العاطفية ٢٠٥

النساء كالأمواج ٢٠٥

ردّة فعل الرجل تجاه الموجة ٢٠٧

لا تحاول الإصلاح ٢٠٩

حيرة الرجل ٢١٣

ما يحصل بعد خروج المرأة ٢١٦

علامات تدل على نزول المرأة إلى البئر ٢١٨

الاحتياج المتكرر عند المرأة ٢٢٠

إعادة الثقة ٢٢٢

عندما لا تشعر المرأة بالأمان داخل البئر ٢٢٣

أخفاء العواطف السلبية يؤثر على العواطف الإيجابية ٢٢٥

كيف يساند الرجل المرأة داخل البئر ٢٢٧

الرجل في الصومعة والمرأة في البئر ٢٢٧

هل يؤثّر ماضي الإنسان على تصرفاته ٢٣٠

الموضوع	رقم الصفحة

متى تجرح المشاعر ٢٣٢
لم يتخاصم الزوجان ٢٣٣
يتجادل الرجل للحصول على حريته بينما تتجادل المرأة للحصول على الحق
في الانزعاج ٢٣٤
حل الخلافات عن طريق التفاهم ٢٣٥
إستماع الرجل للمرأة يشجعها على إعطائه الحرية ٢٣٦
ما يمكن للرجل فعله عندما لا يستطيع الاستماع للمرأة ٢٣٧
ما يمكن للرجل قوله بدلاً من الجدل ٢٣٩
ما يمكن للمرأة قوله بدلاً من الجدل ٢٤٠
هل يمكن للمال أن يعوّض المرأة عن احتياجها العاطفي ٢٤٢
المرأة الغنية وحاجتها إلى الضجر والتشكّي ٢٤٣
المشاعر وأهميتها ٢٤٤

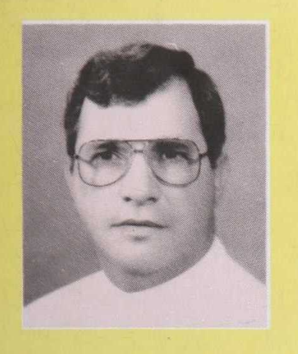
الفصل الثامن : احتياجاتنا العاطفية ٢٤٧
الاحتياجات العاطفية ٢٤٧
أنواع الحب ٢٥٠
استيفاء الاحتياج الأساسي مطلوب أولاً ٢٥٢
تنكيد غير مقصود ٢٦١
عندما يفشل الحب ٢٦٥
تعلّم الاستماع بعيداً عن الغضب ٢٦٨
فن تخويل السلطة للرجل ٢٧١
منح الرجل الثقة بدلاً من النصيحة ٢٧٢
عندما يرفض الرجل التغيير ٢٧٣
نوعان من الرجال ولكن التصرّف واحد ٢٧٤
لا يحب الرجل التغيير ٢٧٥

الفصل التاسع : الجدل ونتائجه ٢٧٩
الجدل بين الرجل والمرأة ٢٧٩

الموضوع	رقم الصفحة
ما الذي يحصل عندما نتجادل	٢٨١
لم يؤذي الجدل	٢٨٣
أربعة طرق لتجنّب الجدل	٢٨٦
لماذا نتجادل	٢٩٢
تحليل الجدل	٢٩٨
كيف وبعفوية يبدأ الرجل الجدل	٣٠٢
كيف وبعفوية تبدأ المرأة الجدل	٣٠٥
متى تكثر حاجة الرجل إلى تأييد المرأة	٣٠٨
مناقشة الخلافات بهدوء وبدون جدل	٣٠٩
تقديم المساعدة في الأوقات الصعبة	٣١٨
الحوار الودّي يجنّبنا الجدل والخصام	٣١٩
الفصل العاشر: حساب النقاط	٣٢٣
تسجيل النقاط مع الجنس الآخر	٣٢٣
للأشياء الصغيرة معان كبيرة	٣٢٨
ما على المرأة مراعاته	٣٣٩
إرهاق الرجل في العمل	٣٤١
حساب النقاط عند المرأة	٣٤٣
ما يمكن للمرأة أن تفعله	٣٤٦
ما يمكن للرجل أن يفعله	٣٤٧
لم عطاء الرجل أقلّ	٣٤٨
كيف يمنح الرجل النقاط	٣٦١
ما الذي يدفع الرجل لاتّخاذ موقف الدفاع	٣٦٧
متى يفرض الرجل العقوبة	٣٦٨
الفصل الحادي عشر: طلب المساعدة	٣٧١
كيفية طلب المساعدة	٣٧١
سبب عدم سؤال المرأة	٣٧٤

الموضوع	رقم الصفحة
إتباع الأسلوب الصحيح في طلب الأشياء التي حصلت عليها المرأة أصلاً	٣٧٨
طريقة السؤال التي يود الرجل سماعها	٣٨٧
أخطاء شائعة في أسلوب الطلب	٣٩٢
احتجاجات نسائية عامة حول مسألة طلب المساعدة	٣٩٥
ممارسة طلب المزيد حتى لو عرفت المرأة أن الرجل سيرفض ذلك	٣٩٨
ممارسة التأكيد على المطالب	٤٠٣
تعويد الرجل على الموافقة	٤٠٦
المدّة الحرجة لصمت المرأة	٤٠٨
حساسية الرجل	٤١٣
الفصل الثاني عشر : الجنس	٤١٥
الرجل والمرأة والجنس	٤١٥
الجنس والعواطف	٤٢٨
لم يشتاق الرجل للقذف	٤٣٤
متعة الولوج	٤٣٥
كيف يشعر الرجل بأنه محبوب	٤٣٥
الجنس الصحيح كعلاج	٤٣٦
إسعاد المرأة جنسياً	٤٣٨
التركيز/ سعة الأفق والعملية الجنسية	٤٤٠
الجنس والحب	٤٤١
الجنس السريع ومتعته	٤٤٢
لم يتوقّف الرجل عن طلب ممارسة الجنس	٤٤٥
هل تحب المرأة ممارسة الجنس	٤٤٦
شعور الرجل الغير ضروري بالرفض	٤٤٧
المرأة مثل القمر والرجل مثل الشمس	٤٤٨
مقياس الرجل لنجاحه في ممارسة الجنس	٤٥٠
هل تتمتّع المرأة بدون وصولها إلى قمّة اللذة	٤٥٠

الموضوع	رقم الصفحة
استغراب المرأة لاهتمام الرجل	٤٥١
عندما لا تريد المرأة الوصول إلى قمة اللذة	٤٥٢
الإعجاب عند الرجل والمرأة	٤٥٣
تصرفات نسائية خاطئة	٤٥٦
عبارات يمكن للرجل قولها للمرأة	٤٦٣
الفصل الثالث عشر : أخطاء شائعة	٤٦٥
أخطاء نسائية شائعة	٤٦٥
تتصرف المرأة وكأنها أم لذلك الرجل وتعامله معاملة الأطفال	٤٦٥
هل هناك علاج	٤٧٣
تنكّر المرأة لذاتها	٤٧٦
تتصرف المرأة تصرّف الأطفال	٤٧٩
الفصل الرابع عشر : المحافظة على ديمومة الحب	٤٨٣
إبقاء الحب حيّاً	٤٨٣
كيفية ظهور المشاعر المخزونة	٤٨٦
كيف يمكن أن نؤازر بعضنا البعض	٤٨٨
تأخير الأعمال ونتائجها	٤٩٠
فصول الحب	٤٩١
خاتمة الكتاب	٤٩٧
الفهرس	٥٠١



الرّغبة والإستعداد

سيُغيّر هذا الكتاب مفهومنا التقليدي للعلاقة بين الرّجل والمرأة، سيُلقي الضوء على أخطاء نرتكبها خلال تصرّفاتنا اليوميّة بصورة عفويّة، أخطاء غير مقصودة، أخطاء الهدف منها هو إسعاد الطرف الآخر! تلك الأخطاء التي تؤدي إلى الهمّ والغمّ والتعاسة والشقاء والأحزان وتستمرّ معنا طالما عشنا في ظلّ تلك العلاقة أو إلى أبغض الحلال إلى الله تعالى، الطّلاق، الذي يدمّر الحياة الزوجيّة والعائلة بأسرها ومعنويّات الإنسان.

كذلك يبيّن لنا الكتاب الإختلافات السّايكولوجيّة بين الرّجل والمرأة وكيفيّة التعامل معها، وسيُلقي الضوء بصورة علميّة على جانب أساسي في العلاقة بين الرّجل والمرأة، جانب الحياة الجنسيّة وسيوضح لنا ما يحبّه الرّجل وتجهله المرأة وما تحبّه المرأة ويجهله الرّجل.

لا شكّ أنّ الكتاب سيُغيّر طبيعة العلاقة بين الرّجل والمرأة ونظرتهما إلى بعضهما البعض، إلا أنّ ذلك لا ولن يحصل بدون الرغبة الصّادقة من قبل القارئ للتعرّف على تلك الأسرار الخفيّة ومن ثم الى الإستعداد لفهمها وتطبيقها.

هذا الكتاب ما هو إلا حصيلة دراسات علميّة عميقة قام بها عدد كبير من العُلماء في علم النّفس والفلاسفة في الغرب.



